

Методика Снежко

Однажды случилось: Мулла Насреддин поймал очень, очень большую рыбу в реке. Собралась толпа, потому что никто никогда не видел такой большой рыбы. Мулла Насреддин посмотрел на рыбу, не веря, что такое возможно такая большая рыба! С вытаращенными глазами он ходил вокруг рыбы, но все еще не мог поверить. Он потрогал ее, но все же не мог поверить, потому что он слышал о таких больших рыбах, только когда рыбаки рассказывали свои байки. Здесь так же стояла толпа, которая не могла поверить своим глазам. Тогда Мулла Насреддин сказал: "Пожалуйста, помогите мне выбросить эту рыбу назад в реку. Это не рыба, это ложь".

А Роман Снежко открыл метод мгновенного лечения заикания с пожизненной гарантией, и выбросил его с сайта по той же самой причине, как и Мула Насреддин свою рыбу :))).

Преимущества и особенности методики.

1. Методика проста и понятна любому умеющему читать человеку. Написана простым и доступным языком, без сложных и непонятных "профессиональных" терминов.
2. Методика избавляет АБСОЛЮТНО от любого типа логоневроза(заикания) без каких-либо исключений. Кто хотя бы раз внимательно прочитал метод уже обречен на здоровую речь, по мере роста понимания метода речь налаживается автоматически.
3. Методика создана автором который в прошлом сам заикался и знает о заикании и патологиях речи не понаслышке, а на собственном опыте.
4. Методика автономна и не построена на ранее существующих методиках "лечения заикания". Более того, она полностью опровергает ранее существующие методы "лечения заикания". Она демонстрирует на примерах не просто бесполезность ранее существующих методик, но и откровенный вред, который они наносят здоровью и речи людей, начавшим по ним "лечиться".
5. Метод надо читать и изучать полностью отрешившись от прошлых "знаний" о заикании!!!! Это очень важно для нормального понимания методики!!!! Ни в коем случае нельзя смешивать мой метод с каким-либо из иных методов или практиковать совместно. Это не принесет никакой пользы и прогресса в речи, только разочарование. Возможно сильное улучшение вначале, но потом обязательно произойдет возвращение к старой речи(из-за смешивания с "ошибочными методами").
6. Методика легка в освоении и не требует каких-либо усилий со стороны заикающегося. Любое усилие или насилие над собой является грубейшей ошибкой!!!! Применение усилия в моем методе говорит о полном непонимании его и следовательно бесполезности его дальнейшей практики самостоятельно!!!
7. Метод дает возможность самостоятельно избавиться от заикания просто сидя дома изучая его внимательно и последовательно, шаг за шагом осознавая свою речь. Вы можете обнаружить и самостоятельно устранить ошибки в своей речи, приводящие вас к заиканию.
8. Метод очень быстро налаживает речь, буквально мгновенно!!! Если речь не стала

сразу нормальной здесь и сейчас, значит методика понята неправильно!!!! Это очень важно понять. Метод не обещает, что вы начнете улучшать свою речь завтра или позднее постепенно, он напротив утверждает, что речь должна стать нормальной прямо здесь и сейчас. И если она не наладится в настоящем, то бесполезно ждать, что она станет лучше завтра или позднее в будущем!!! Поэтому, если вы не заговорили нормально сразу, то не метод виноват, а ваше непонимание его! Если вы ждете, что завтра наступит улучшение - значит вы не поняли суть методики, и бесполезно надеяться на завтра. Или прямо сейчас нормальная речь и навсегда! Или никогда(из-за неправильного понимания).

9. Если самостоятельно вы не смогли осознать и понять методику(по тем или иным причинам не можете самостоятельно заговорить сразу нормально и стабильно), то нет причин разочаровываться или расстраиваться. У вас есть всегда возможность приехать к автору методики или посетить мои семинары, которые стоят очень недорого в отличие от семинаров прочих "целителей"(на порядок дешевле)! И буквально в первый день семинара заговорить!!! В остальные дни вы только закрепляете нормальную речь и общаетесь в кругу "бывших заик" пока ваша уверенность в речи не станет абсолютной(это происходит за 4 дня непрерывного общения и освоения метода под моим личным руководством).

10. Наилучший метод освоения метода - это встреча лично со мной, это гарантирует вам 100% нормальную речь, абсолютно правильное понимание метода и экономит очень серьезно ваше время, деньги(на порядок дешевле, чем у прочих целителей) и главное нервы(результат сразу в первый день занятий)!

11. Метод гарантированно снимает ужасные последствия "лечения" по иным методикам(в частности Аругюнян, психологов и колдунов). Такие, например, как тики различных частей тела(дерганье или перенапряжение в момент речи губ, рук, плечей и проч.), напевная речь, страхи сложных звуков и слов, страхи (перед некоторыми людьми и ситуациями в жизни и другие см. ответы на письма заик), различные комплексы неполноценности, убежденность в собственной неизлечимости или "особенной сложности" собственного типа заикания.

12. Метод не просто улучшает и приводит в норму вашу речь, он совершенствует вашу речь!!! Методика позволяет за 4-5 месяцев настолько усовершенствовать речь, что она не уступит речи лучших ведущих ТВ и прочих профессионалов.

13. Уверенная речь и полный осознанный контроль над ней гарантируют вам отсутствие возможности "возвращения заикания"!!! Вы можете заикание убирать и возвращать по собственному желанию!!!! У вас появляется уникальная возможность выбора заикаться или не заикаться по своему желанию в любое время и в любом месте! Одним словом вы становитесь полным господином своей речи навсегда в максимально короткие сроки!!!!

Гарантированное избавление от любой формы заикания! Людей состоящих на учете в психоневрологическом диспансере просьба не беспокоить. Электронный адрес организатора семинара в Москве: scharalex@mail.ru Его ник: Al(имя Алексей) По записи на семинар обратитесь к нему. Подробности о семинарах в Москве: <http://seminarsnegko.narod.ru>

Вы можете приехать на личную встречу с автором методики в г Ярославль. 3-4х дней будет вполне достаточно, чтобы полностью овладеть моей методикой и избавиться от заикания навсегда. Заказать место проживания в Ярославле недорого и надежно можно по тел.8 0852 923934(мой менеджер Виктория, v.bright@mail.ru). По этому же телефону(или электронной почте) вам ответят на все интересующие Вас вопросы.

Программа среднестатистического семинара(в зависимости от количества участников и их типов заикания возможны некоторые несущественные коррективы, дни общения могут не идти подряд один за другим):

День первый:

- краткое теоретическое и практическое ознакомление с основными принципами методики и правилом речи(рассказываю и показываю основные положения моего метода, прошу опровергнуть их всех желающих, даю определенные задачи и прошу их выполнять, вы сами видите на практике и удивляетесь тому, что с вами происходит и почему раньше вы не обращали внимание на такие простые факты вашей речи и жизни)

- индивидуальное тестирование и определение патологических частей вашей речи(индивидуального типа заикания, ступорных процессов каждого из присутствующих, словарного запаса, образного и логического мышления). Вы проходите ряд простых речевых тестов(чтение, общение, описание и проч.), разработанных лично автором метода Снежко Р.А.

- непосредственное практическое начало нормальной речи(вы начинаете говорить нормально, автор лично показывает каждому, где именно у него происходит выход за норму. Подробно объясняю почему ступор возник и как его мгновенно устранить. Человек ошибку, приводящую к ступору, мгновенно устраняет и продолжает говорить нормально дальше. Люди разбиваются на пары и функцию наблюдателя за ошибками речи(приводящими к ступору) берет второй заика. Автор метода обучает наблюдателя, как надо внимательно и корректно помогать устранять ошибки речи у своего говорящего партнера. Оба меняются по мере роста нормализации речи. Автор лично следит за работой пар и корректирует их ошибки, доводя практические навыки речи и корректировки её до полного совершенства.

- усложнение речи(даются дополнительные речевые упражнения, усложняющие условия речи и дающие возможность заике окончательно убедиться в том, что он сам способен теперь контролировать свою речь)

- дается домашнее задание для усиленной проработки и закрепления полученных на семинаре навыков речи.

День второй:

- индивидуальная тестовая проверка речи(автор лично проверяет речевые навыки каждого)

- вопросы и ответы(автор лично отвечает на все вопросы заикающихся, т.к. у тех кто уже перестал за первый день вопросов не возникает :) Автор показывает каждому в чем

была его ошибка, ошибки устраняются и заикающийся мгновенно начинает говорить нормально.)

- тренировка в парах для окончательного закрепления нормальной речи(эта тренировка аналогична тренировке в первый день, но более усложнена внешними раздражителями)

- свободный диалог(нормальная речь, развитая у всех и закрепленная на практике теперь должна быть проверена в коллективе) в группе. Заикающиеся разбиваются на группы по 4-5 человек и автором даются определенные речевые задачи, с которыми участники группы должны свободно справляться. Каждую группу сначала курирует лично автор, а за тем уже бывший заика, целиком овладевший навыками нормальной речи(благо ко второму дню 1-2 таких человека уже имеются).

- дается домашнее задание для проработки речи в условиях экстремального общения(общественные места и ситуации в которых ранее заики испытывали страх, панику и неуверенность).

День третий:

- обсуждение опыта экстремального общения, обнаружение ошибок в речи и их устранение, коллективное обсуждение и поиск ошибок у себя и своих друзей, присутствующих на семинаре.

- вопросы автору метода по теме семинара и прочим вольным темам :)))

- доработка речи тех кто ещё не совсем уверенно управляет своей речью, за одним полузаикой следят несколько уже бывших заик, а автор следит за их работой и взаимодействием между собой, оттачивая до деталей и совершенства их навыки речи и общения.

- заключительное общение на разные вольные темы, совместный поход в кафе, для приятного общения нормальной здоровой речью и совместного наслаждения речью. Жизнью, свободной от ступоров.

- шуточный обряд посвящения в "нормальных людей". Снимается полностью "личина и образ заики". Учю каждого прикалываться над ошибками речи "нормальных людей", а так же вводить любого собеседника в ступор, особенно тех, кто раньше активно участвовал в развитии у вас заикания и прикалывался над вашим несчастьем. Им не избежать теперь вашей бывшей участи :))).

- автор приглашает всех бывших заик бесплатно поучаствовать в будущих семинарах в качестве вдохновляющего неопитов "живого примера" и для дальнейшего личного самосовершенствования. Не просто добиться нормальной речи, но абсолютного совершенства в речи и в жизни(ведь просто нормальная речь - это ещё не гарантия умения общаться, убеждать и быть приятным и желанным собеседником).

P.S. Вообще всех приглашаю, цены доступные, общение приятное, атмосфера веселая. Я с вами... вы со мной, вместе мы совершим всё что пожелаем! Всем участникам семинаров огромное спасибо за помощь в организации наших весьма плодотворных дружеских встреч и искреннее желание помочь тем, кто так нуждается в вашем личном примере. Вы свет для тех кто идёт за вами. Кто пока сидит во тьме своих страхов,

сомнений и прошлого неудачного опыта. Огромное вам, человеческое спасибо от меня лично! Всем удачи Роман А. :)))

Краткая суть метода СНЕЖКО Р.А.:

Данный метод "лечения заикания" основан на открытом мной в 1998 году первом в мире антиматериальном законе "АБСОЛЮТНОЙ СОЗНАТЕЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ МАТЕРИАЛЬНЫХ СОБЫТИЙ". Закон гласит:

Сознание(воображение) - способно на одновременность, материя - не способна на одновременность! Следовательно: любое СОЗНАТЕЛЬНОЕ(имеется ввиду отдельно взятое Сознание - ощущение "Я ЕСТЬ") действие в материальном мире может быть осуществлено материальным носителем Сознания только последовательно, и никогда одновременно с любым другим материальным событием!

Человек Сознательное существо, но обладающее одновременно и материальным телом!!! Поэтому речь является "полуматериальным-полунематериальным (Сознательным)" событием. Речь состоит из ряда материальных событий, освещаемых(наблюдаемых) Сознанием индивидуума. Речь - это три последовательных процесса, следующие один за другим:

- 1.ввод информации(последовательное материальное событие) - прием её в через органы чувств;
- 2.обработка информации Сознанием - последовательная сознательная речь "про себя" на фоне мелькающих визуальных образов в воображении;
3. вывод информации(строго последовательное материальное событие) - дублирование вслух, ранее созданной "про себя" мысленной речи. Количество слов, говоримых на одном дыхании(до следующего вдоха или явно различимой паузы), не должно превышать объема "мгновенной памяти" человека!

Именно полуматериальность речи несет в себе ПАРАДОКС СТУПОРА - неосуществимой задачи для человека(полуматериального-полунематериального существа). Эго(тело, эмоции, мысли) - материальная часть, ведомая, Сознание - антиматериальная часть, управляющая. Ступор - это неосуществимая изначально задача, связанная с невозможной одновременностью материальных событий. Например: Невозможно сидеть на двух стульях одновременно. Невозможно бегая вокруг столба, видеть перед собой свой зад :))). Невозможно одновременно совершить движение руки в двух противоположных направлениях! Прошу заметить, что Сознание(посредством воображения человека) способно представить (т.е. осуществить нематериально) все данные события на уровне мысле-образов просто мгновенно!!!!

Таким образом я определяю заикание, как ступор(невыполнимую задачу, одновременность), бессознательно возникающий в человеческой речи. Неспособность человека Сознательно последовательностью избежать ступора и приводит человека к статическому перенапряжению(спазму мышц) и неуместному повтору. Именно ступор есть первопричина и суть заикания! Только устранив ступор, можно привести речь заики в норму(автоматически и без малейших усилий)!!!! И на основании этого я отменяю термин "заикание", как не отражающий суть происходящего и только

вводящий людей в заблуждение!!!! Вместо заикания я ввожу всё объясняющий термин СТУПОР(НЕВЫПОЛНИМАЯ ЗАДАЧА), отныне произноса устаревший термин "заикания" прошу понимать, что речь идет про РЕЧЕВОЙ СТУПОР(невыполнимую задачу в речи, имеющую место из-за человеческой несовершенной и ограниченной полуСознательной природы).

Выше перечисленное доказывает абсолютно ясно, что заикание-ступор не может быть вылечен никакими средствами, кроме Сознательного восстановления последовательности речевых процессов!!! А Сознательно это может сделать лишь сам заика-ступорник!!! т.е. Сознательно перестать ступориться.

Ступор(непоследовательность) можно "излечить" только последовательностью, это подобно тому как тьму можно "излечить" только светом!!! Это очень правильная аналогия, потому, что с тьмой бесполезно бороться любым другим "лекарством" кроме света! Так же с непоследовательностью "бороться" бессмысленно по умолчанию(закон природы см.выше), но достаточно внести последовательность(на основе Сознательного выбора) и невыполнимая задача одновременности, становится легко выполнимой. С помощью последовательности, при этом она становится растянута во времени - но эту растянутость во времени обойти нельзя, так как материя способна существовать только при наличии времени, а Сознание может!!! Одновременное присутствие в человеке двух природ: материи - последовательной и Сознания - одновременной, и создают в человеке "прецедент ступора". Человека заступоривает не только в речи - это глобальный патологический процесс основанный на конфликте Сознание-материя!!!!!!!!!!!!!! Но далее мы рассмотрим только то, как Самостоятельно(сознательно) устранить этот конфликт в своей речи и таким образом навсегда избавить от речевого ступора(заикания) себя и своих близких!!!

P.S. Далее по тексту читаешь "заикание", а подразумеваешь и понимаешь, что речь идет про
СТУПОР!!
!!!!!!!!!!!!

Метод Снежко Р.А. (осознанного прерывания рефлиторных циклов)

"Лечение" заикания(ступора) достаточно просто. Поэтому меня очень удивил тот факт, что все представленные в интернете методики и способы лечения заикания в лучшем случае заблуждение в худшем - простой обман с целью заработать на человеческой беде(мой метод это доказывает) . Мой метод единственно реальный, т.к. остальные методы лечат "заикание", а заикания нет!!! :))) . Как можно лечить, то чего не существует!!!??? Есть ступор(непоследовательность) и его надо устранить(последовательностью), и если есть возможность бессознательного "возвращения" ступора, то и методика гарантированно работать не может. Ступор надо устранять только СОЗНАТЕЛЬНО, Сознанием самого заика! А они "лечат" несуществующее заикание :))) из вне!. Извращенцы(от слова извращать реальные факты) и шарлатаны(лечащие то, что сами точно не знают) - иного слова не подобрать! Потому, кроме моей методики не одна "методика" в мире не способна на гарантированное, стабильное и ПОЖИЗНЕННОЕ избавление от заикания!. Никогда не будет другой(второй) методики избавляющей ГАРАНТИРОВАННО на 100% от заикания, кроме той, что представлена ниже вашему вниманию!!! ЭТА МЕТОДИКА ЕДИНСТВЕННЫЙ И ВЕРНЫЙ ПУТЬ К НОРМАЛЬНОЙ РЕЧИ, ОСТАЛЬНЫЕ МОГУТ ТОЛЬКО УХУДШИТЬ ВАШУ РЕЧЬ(развить комплекс "неизлечимости" и другие комплексы неполноценности, привить дополнительные паразитные рефлекссы и проч.), ОПУСТОШИТЬ ВАШУ ДУШУ(отсутствие результата, депрессия от массы

потраченного впустую времени, упадок сил и веры в себя, синдром "пустого ожидания будущих улучшений" и проч.) И КОШЕЛЕК!

Вот полный вариант формулы исцеления(далее по тексту: "правило идеальной речи Снежко Р.А."):

0. Речь - акт Сознательный, остальное - неуместная болтовня!!!!

1. Я НЕ ПОВТОРЯЮСЬ;

2. ГОВОРЮ КАЖДОЕ СЛОВО(звук, слог) ОТДЕЛЬНО(последовательно);

3. ПРЕЖДЕ ЧЕМ ОТКРЫТЬ РОТ, ЗНАЮ ЧТО(и как) СКАЗАТЬ(слышу - говорю, не слышу - прислушиваюсь);

4. ПРОИЗНОШУ НЕ БОЛЕЕ 60 СЛОВ В МИНУТУ;

5. ПОПОЛНЯЮ СЛОВАРНЫЙ ЗАПАС(озвучиваю мир посредством шести органов чувств);

6. СЛУШАЮ ТРИ ГОЛОСА - и этим автоматически НОРМАЛИЗУЮ ТРИ РЕЧЕВЫХ ПРОЦЕССА(ввод информации, обработка и вывод информации) - это формула здоровой и правильной речи. Любой человек без исключений нарушающий эту формулу в процессе разговора, даже если он никогда не страдал пороками речи, не сможет говорить нормально!!! Это закон человеческой речи. А чем характерен любой закон? Да тем, что он не терпит исключений!

Внимание!!! Руководствуясь принципом НЕ НАВРЕДИ и в связи с проблемой "информационных провалов"(не полного восприятия информации). Слабости внимания у большинства заик(не способности к последовательному изучению материала)! Далее идущие подробности метода и практические упражнения удалены автором, из-за физической неспособности некоторых посетителей сайта правильно и однозначно понимать прочитанное... За остальными подробностями метода обращайтесь лично к автору. Только автор может разъяснить метод, гарантируя мгновенную, стабильную и пожизненную нормализацию речи. Исключение составляют психобольные, которые не способны к процессу обучения и адекватному восприятию фактической информации.

Кардинальные отличия методики Снежко Р.А. от всех прочих методик(существовавших до 1998 года).

Я размещаю таблицу. Слева в ней расположены основные положения моей методики заикания. Справа расположены основные, принципиальные схемы работы и принципиальные положения методов, существовавших до 1998 года(года открытия моего метода). Мои открытия полностью опровергают основополагающие теоретические расклады и практические(подавляющее большинство их) технологии

"лечения" заикания. В нижеприведенной таблице я буквально ПРОТИВОПОСТАВЛЯЮ свой метод ВСЕМ существовавшим до него(ниже привожу факты на основании которых я так непримиримо её противопоставляю остальным "методам лечения")! ЭТО ПЕРВЫЙ В МИРЕ МЕТОД ИЗБАВЛЯЮЩИЙ АБСОЛЮТНО БЕЗ ЛЕЧЕНИЯ!!! Тем самым я открываю Новую Эру - эру мгновенного избавления от заикания, с последующей психоэмоциональной реабилитацией(не более календарного месяца). Здесь приведен не весь список отличий, только принципиальные, основополагающие. Если в подробности вдаваться, то может ещё одна книга получиться :) страниц на 200 -300.
Метод Снежко Р.А. (открыт в 1998 году).

Начата эра универсального, однозначного, мгновенного, гарантированного и НАУЧНОГО планомерного и закономерного Сознательного искоренения абсолютно любого типа заикания!!!

Метод поможет 100% и мгновенно!
Методы, созданные до метода Снежко Р.А.

Закончена эра вечной, неоднозначной(ненаучной, незакономерной), долгой, упорной, непредсказуемой, несознательной, хаотичной борьбы с заиканием. Эра "АВОСЬ поможет позднее, надо подождать", а если возвратиться, то попробуем ещё, а если это не помогло, то уж не знаю поищите другой метод, этот не лечит ваш тип заикания или оно у вас неизлечимого генного происхождения :))).

Единственно верный метод заикания, более не будет создано ни одного научного метода избавления от заикания, так как им создана полная и однозначная трактовка заикания. Не терпящая любой иной трактовки. ДВУХ МНЕНИЙ БЫТЬ НЕ МОЖЕТ! НЕТ НИКАКОЙ БОЛЕЗНИ ЗАИКАНИЯ(это бред) - ЕСТЬ РЕАЛЬНО СТУПОР(невыполнимая задача)! Все однозначно: одна единственная причина заикания - ступор, одно лекарство - абсолютная Сознательная последовательность. СУЩЕСТВУЕТ МАССА МНЕНИЙ, ЧТО ТАКОЕ ЗАИКАНИЕ! Масса методов без, однозначно доказанной, научно-обоснованной базы исключаяющей всякие сомнения. Однозначно все сходятся лишь в том, что это болезнь, а центральную причину "болезни" ни один метод конкретно не указывает!!! Только разношерстные описания симптомов! И на каждый симптом - придумана своя причина, но не доказана, а принята на веру как данность! Вера - это не наука, это скорее религия :))). А если менее лицепрятно - откровенный псевдонаучный бред. Создано много методов лечения ОДНОГО "ЗАБОЛЕВАНИЯ", именно этот парадокс и доказывает, что каждый из них "лечит", что то свое, какое то свое понимаемое только им "заикание". Нет однозначности: Не установлена центральная причина болезни - следовательно не найдено и лекарство, устраняющее конкретно эту причину. Нет однозначного мнения о причине, порождающей заикание. Каждый лечит "свою собственную причину" заикания.

Основан на мировом законе АБСОЛЮТНОЙ МАТЕРИАЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ(закон открыт и сформулирован Снежко Р.А. в 1998 году). Закономерность позволяет мне давать 100% гарантию избавления от заикания, устраняя не симптомы, а саму корневую ВНУТРЕННЮЮ ОДНОЗНАЧНУЮ причину заикания. Устраняется причина МГНОВЕННО и УНИВЕРСАЛЬНО - все остальные симптомы всех "симптоматических типов" заикания автоматически без всякого дополнительного лечения сами собой исчезают в течение месяца(в самых запущенных случаях, а в среднем 2 недели) и не возвращаются никогда, так как Сознательно

устранена полностью одна единственная причина ВСЕХ ТИПОВ и ФОРМ заикания - СТУПОР(невыполнимая задача). Заикание(все его формы со всеми возможными симптомами) имеют общую ОДНУ ЕДИНСТВЕННУЮ корневую ПРИЧИНУ. КОРНЕВАЯ ОДНОЗНАЧНАЯ И УНИВЕРСАЛЬНАЯ ПРИЧИНА ВСЕХ ТИПОВ ЗАИКАНИЯ - СТУПОР(невыполнимую задачу по моему определению). Устраняя СТУПОР - мы автоматически и устраняем ВСЕ СИМПТОМЫ ЛЮБОГО ТИПА ЗАИКАНИЯ!!!

Основаны на случайном и незакономерном опыте, практических наблюдениях за симптомами(ВНЕШНИМИ проявлениями) заикания(страхами, напряжением мышц, повторами, паникой, хроническим стрессом, тиком различных групп мышц, растяжением звуков, не плавностью речи, не возможности сказать или начать речь, с трудными стрессовыми ситуациями, с труднопроизносимыми звуками и прочим "легионом" не перечисленным здесь) и борьбой с этими симптомами. Методы(их множество и у них НЕТ ОДНОЗНАЧНОГО мнения о причине заикания) состоят из хаотичного набора "приемов борьбы" с внешними симптомами заикания. Случайность и незакономерность "борьбы с симптомами" подтверждается тем, что ни один из авторов этих методов не дает 100% гарантию избавления от заикания! "Может помочь, может нет! Но давайте попробуем". Все борцы с симптомами настаивают на долговременном "симптоматическом лечении" с повторными курсами лечения при "рецидивировании" симптомов, т.е. "возвращении" заикания, после улучшения речи симптоматическим лечением. В теории данных методов - у каждого автора свои объяснения "МНОЖЕСТВА ПРИЧИН" заикания и у каждого метода СВОЕ определение заикания(ВСЕГДА СИМПТОМАТИЧЕСКОЕ И ВСЕГДА НЕОДНОЗНАЧНОЕ)! Заикание у них делится на много типов заиканий, которые имеют разные симптомы и у них нет однозначного определения для каждого типа заикания. Все определения заикания у них сводятся к ПЕРЕЧИСЛЕНИЮ симптомов ЗАИКАНИЯ, но не один не называет ОДНОЗНАЧНОЙ ПРИЧИНЫ ЗАИКАНИЯ!!!

Метод абсолютно научен(основан на законе природы), в нем однозначно и ясно описаны абсолютно все типы заикания и разработаны несколько единственных и неизменных универсальных приемов последовательно убивающих единственную причину всех типов заикания. Это гарантированно избавляющие от любого случая заикания упражнения. Автор гарантирует полное БЕЗУСЛОВНОЕ избавление от заикания любому нормальному человеку(исключая психобольных). Психобольные(не способные логически мыслить) не способны к учебному процессу и даже к нормальному мышлению, а потому и не способны понять метод. Тем более Сознательно применить его в своей речи. Автор метода доказал, что причина заикания не кроется в генах или психике. Напротив, заикание - это не болезнь и потому называть её психическим заболеванием или тем более генным АБСОЛЮТНОЕ невежество!!!! Автор однозначно доказал невозможность причисления заик к нервнобольным!!! И четко определил, что называть нормой и что психической патологией! Заики никак не попадают под определение нервнобольной(тем более психобольной)! Их "нервные болезни" - лишь естественные следствия "хронического стресса", вызванного невозможностью нормального общения с себе подобными. Социальной изолированностью, порождаемой отсутствием нормальной полноценной способности к коммуникации(общению).

Методы ненаучны(не основаны на законе природы) и потому каждый из них лечит свой тип заикания своим узкоспециализированным приемом направленным на отдельный симптом. При рецидиве симптома или его изменении в процессе "лечения"(борьбы с конкретным симптомом) автор расписывается в бессилии перед "новым типом" заикания или берет "тайм аут"(назначает повторный курс для борьбы с вновь проявившимся симптомом). Мол ваш случай неизлечим, простите :). Причины

ОПРАВДАНИЯ неудачи "своей терапии" у каждого целителя свои, но все они построены на одной единственной схеме: "Скажите спасибо, что мы вам хоть чем то помогли, хоть попробовали, так как заикание вообще-то признано официальной медициной психическим неизлечимым заболеванием, с генными и наследственными признаками". Далее идут в ход десятки томов "научной" литературы, где подтверждена "научно" НЕИЗЛЕЧИМОСТЬ заикания, его ПСИХИЧЕСКАЯ природа и "доказательства" его укоренения в ГЕНАХ и наследственности человека! Считают всех заик без исключения нервнобольными ("научное" название ЛОГОНЕВРОЗ, официальное назначение препаратов: успокоительных и антидепрессантов). Считают, что у заикание развивается от нервных и стрессовых ситуаций, и что причина его "неизлечимости" кроется в психике, генах или мозге(травмах, эпилепсии и прочих мозговых дисфункциях).

Заикание - привычка(подобная привычке сидеть нога на ногу, курить, ковыряться в носу, кусать ногти и проч.), а не болезнь.

Заикание - ЛОГОНЕВРОЗ, заболевание сопровождаемое такими то.... симптомами...., имеющее причиной расстройства мозга, нервных связей..... и прочие бредовые "причины" заикания.

ОДНОЗНАЧНО! Универсальная причина любого типа заикания - СТУПОР(невыполнимая задача)! Даже сам термин "заикание" абсурден!!! Нет ступора - о заикании и речи быть не может! Поэтому я вообще отменил термин "заикание", как ненаучный и необоснованный(не описывающий суть явления). Нет неступорящихся людей!!! Все люди в той или иной степени ЗАЙКИ!!! Нет однозначного определения универсальной причины заикания!!!

Куча симптомов.... - все это и есть ЗАЙКАНИЕ. Смотрите мол сами, это вот заикание, а это вот "незаикание". Все и так всем "видно" и "понятно". Заику с незаикой перепутать невозможно :))). Заика - абсолютно больной, противопоставлен всем остальным "ИДЕАЛЬНО ЗДОРОВЫМ".

Избавление от ступора, мгновенно устраняет все остальные симптоматические проявления заикания автоматически.

Борьба с симптомами, долгая(месяцы и годы), имеющая начало, но не имеющая конца.

Нормальная речь в первый день занятий, здесь и сейчас.

Нормальная речь потом, в "завтрашней" перспективе улучшения.

Устранение речевого ступора в первый день! Ступор - единственная всех типов заикания! Психологическая реабилитация после полной нормализации речи, проходит естественно и автоматически в процессе ежедневного активного нормального контакта в социуме. "Лечит и реабилитирует РАДОСТЬ" от возможности нормально общаться с себе подобными. Чем больше нормального общения. Тем короче срок реабилитации. Не более 1 месяца.

Ступор целенаправленно не устраняют(не понимая, что это невыполнимая задача), а "лечат заикание"(не имея однозначного ответа, в чем же его причина). Ступор считают следствием нервных расстройств! Считают, что в процессе "лечения заикания" должен пройти ступор. Лечение включает: реабилитацию "больной психики", назначение медицинских препаратов, гипноза, внушения, электропроцедур, сеансов с психологами и психиатрами и проч. и проч. и проч. **НО ВСЕ ЭТО** на фоне продолжающегося

речевого ступора!!!

Речь единственна и неделима. Нормальная речь в первый день и далее по жизни, без деления на "тренировочную речь" и речь "самостоятельную".

Речь делится на "речевые упражнения" и речь в "социуме", которая постепенно должна стать такой же, как и при выполняемых упражнениях в "спокойной обстановке".

Метод дает однозначные ответы на все вопросы о заикании самому заика, на все что, как и почему, исключаяющие любую неясность или двойную трактовку!!!

Нет однозначных ответов для пациента. Наводят тень на плетень, ссылаются на чьи-то ранее совершенные открытия и доказательства "сложности и неизлечимости заикания". Никогда не говорят ясно(используют заумные термины), четко и понятно с пациентом. Считая, что пациент недостаточно готов, чтоб понимать "как его лечить" будут.

В процессе активно, РАВНОПРАВНО и Сознательно участвует сам заика! Полностью Осознавая, что конкретно и для чего он делает(то или иное упражнение) до мельчайших подробностей! Всегда имеет право знать, что конкретно его просят сделать и для чего это нужно. И сам может тут же отслеживать реально полученный результат! И сам совершенствует свою речь до любого предела, какой ему необходим. Лечит доктор, НЕВЕЖЕСТВЕННЫЙ заика не должен вмешиваться в действия "специалиста"! Заика должен слепо повиноваться "доктору" и не задавать конкретных вопросов, в том случае если не видит конкретного результата. Его постоянно "кормят" упованиями веры в то что "дипломированный спец" знает, что делает, жди мол результата. А если результата нет, то уже припасены классические оправдания(гены и нервы) способные самого Дьявола реабилитировать своей "научной" загадочностью и волшебное слово "позднее".

Метод действует и без автора. Заика читая метод(при условии ясного понимания прочитанного) способен самостоятельно наладить свою речь!!!

Необходим строгий контроль специалиста. Без автора метод не действует.

Далее представлена моя недописанная книга, писать достало да и для кого??? Для толпы невежд? А единицы способных - они лично приедут. Кому надо - ответы есть у меня, ДОКАЖИТЕ ЧТО ДОСТОЙНЫ ИХ ДЕЛОМ!!! Больше не внемлю сопливым всхлипываниям о помощи, лентяев и бездельников, винящих других в своих бедах и своем невежестве. Не желающих самостоятельно взять всю ответственность за свою жизнь и жизнь своих малолетних детей в свои руки.

Особая просьба к буквоедам, не способным за грамматикой смысла написанного разглядеть - ПОШЛИ ВОН ОТСЮДА!

Снежко Роман Алексеевич

ИГНОРА

Наука о взаимодействиях материи и Сознания

г. Ярославль

1998-2005 годы

Оглавление (В конец)

1. Почему я решил написать эту книгу
2. Благодарности
3. Введение
4. Совет для правильного чтения

Теория игноры

5. Антиматериальный закон Снежко Р.А.(ЗАКОН АБСОЛЮТНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ МАТЕРИАЛЬНЫХ СОБЫТИЙ)
6. Понятие «Сознание»
7. Отличие Сознания и воображения
8. Абстракция и отождествление

9. Второй антимаериальный закон Снежко Р.А(ЗАКОН АБСОЛЮТНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ ТОЖДЕСТВЕННОСТИ И АБСТРАКЦИИ)

Практика речи, методика совершенствования речи Снежко Р.А.

10. Преимущества и особенности методики
11. Ступор – невыполнимая задача, это и есть «заикание»
12. Метод самоизбавления от речевого ступора(заикания)
13. Как порождаются страхи перед «сложными» буквами, предметами и ситуациями
14. Несколько типичных примеров образования паразитного рефлекса «ступор – х»
15. Что же делать? Как избавиться от такой напасти, как ступор?
16. Речь – акт Сознательный(последовательный)остальное неуместная болтовня
17. Я не повторяюсь(акцентируюсь на «непроизносимом»)
18. говорю каждое слово(звук, слог) отдельно(последовательно)
19. Речевой парадокс Снежко Р.А.
20. Прежде, чем открыть рот, знаю что(и как) сказать
21. Голограмма
22. Эмоции
23. мысли
24. Звуки, звуковая матрица речи
25. Буквы
26. Слоги
27. Слова
28. Предложения
29. Монолог
30. Диалог

31. Полилог
32. Мгновенная память
33. Долговременная память
34. Скорость речи
35. Речевые паузы
36. Речевые процессы
37. Сознание - творец
38. Мозг – биокomпьютер
39. Последовательность речевых процессов
40. Речевой ступор и последовательность речевых процессов(заикание)
41. Основные типы речевых ступоров и как их избежать
42. Речевые страхи и как их избежать

Упражнения к методу Снежко Р.А.

1. упражнение №1 «самопрограммирование звуковой матрицы»
2. упражнение №2 «Произнесение слогов»
3. упражнение №3 «Произнесение слов»
4. упражнение №4 «Произнесение предложений»
5. упражнение №5 «Правило смысловой голограммы»
6. упражнение №6 «Улучшение оперативной памяти»
7. упражнение №7 «Слышу – говорю, не слышу прислушиваюсь»

Мифы про заикание

1. Миф о том, что заикание существует

2. Миф о неизлечимости
3. Миф о геном происхождении
4. Миф о излечимости только отдельных типов заикания

Критика методик откровенно калечащих речь

1. Метод Аругюнян
2. Метод «Брефмейкер»
3. Медикаментозные методы
4. Энергоинформационные методы
5. НЛП и гипноз
6. Психологические приемы

Ответы на письма заик

1. Письмо №1
2. Письмо №2

Совет для правильного чтения

Прежде, чем читать эту книгу, я попрошу вас немного поразмыслить вот над какой проблемой. Проблема эта существует у каждого человека. Она мешает воспринимать материал, искажает ваше восприятие и извращает идею автора. Проблема состоит из двух составляющих.

Первая – ошибки восприятия информации через критический ум, «иллюзорные» манипуляции воображением(ошибки логики).

Критический ум – признак полноценно развитого человека. «Визитная карточка» человека разумного, его главный отличительный признак от прочих животных. Если он здоров и приучен к фактическому восприятию(логическому здравомыслию), то все в порядке. Мыслить основываясь на непреложных, доказанных фактах(здорово) я вас и призываю. Размышлять здраво - значит размышлять логически. Логика – это своего рода математика(точная наука), абстрактные манипуляции с реальными фактами, мысленное конструирование. И я опасаясь, что большинство людей не развили в себе навык логического мышления. Читать данную книгу без такого навыка весьма трудно. Тем более понять смысл, который пытался донести до вашего Сознания автор. Поэтому постарайтесь выработать прямо сейчас навык логического мышления, т.е. обработки воображением только ФАКТИЧЕСКОЙ информации. Осознайте в себе «воображаемую часть» и «фактическую часть» ума. Мысленно сделайте это. Воображаемая часть – это мысленное пространство для манипулирования мыслями(реальными фактами или нереальными «фактами»). Фактическая – это память, пространство для статичного хранения фактов. Теперь четко разграничьте в своей памяти информацию на фактическую и иллюзорную. Иллюзорную(не основанную на реальных фактах) надо стереть без сожалений из своей памяти не медля! Для правильного понимания расположенного в данной книге материала, нужна только фактическая информация. Иллюзорная часть памяти - это больная часть памяти(мозга). Хотя иллюзорная часть нам тоже понадобится, но только для проведения конкретных экспериментов с собственным воображением и наглядной демонстрации «болезней» ума. Подобно тому, как раковая опухоль хороша в банке со спиртом, а не в вашем теле(мозге). Фактическая часть – это часть, в которой собраны только очевидные и доказанные факты, к которым и будет обращаться ваше воображение для манипуляций с ними. Воображение станет строить логические цепи и получать логические заключения, опять же подвергаемые логическому анализу и практическому эксперименту. И только после прохождения «проверки на реальность», факт или результат ЛИЧНОГО логического размышления может вами приниматься как «объективная реальность» и запоминаться. Помещаться в хранилище памяти, как «реальный факт». Не ранее. Люди же склонны помещать в свою память «иллюзорные факты», не прошедшие проверки экспериментом. Вера – меч обоюдоострый, с одной стороны она экономит время человека. С другой – лишает его твердой опоры в объективной реальности, может стать причиной «различных болезней ума»(фанатизм, бред, галлюцинации, ступор и многих других психических заболеваний). Непроверенные факты – это иллюзорная часть вашей памяти. Она так же опасна для вашего ума, как и раковая опухоль для вашего тела. Например, вы решили построить пирамиду из шести кубиков. Вам сообщили, что все шесть кубиков есть в наличии, и вы приняли это на веру. Мысленно вы занесли в свою фактическую память шесть кубиков. За тем обратились к воображению поставили их(мысленно) в воображаемой части памяти так: три в основание, на эти три – два, симметрично относительно центральной вертикальной оси, и на эти два – один. Однако вы не проверили, предоставленную информацию о фактическом наличии шести кубиков до того, как начать строить пирамидку в вашем воображении. Когда вы решили воплотить вашу воображаемую конструкцию в реальность, вы фактически обнаружили, что недостает одного кубика. Возникает вопрос, можно ли заменить в реальной конструкции реальный кубик, воображаемым? Нормальный человек просто откажется от такой

«невыполнимой задачи» построения пирамиды из реальных и воображаемых кубиков. А вот верующий человек не откажется!!!! Так как нормальный из своей памяти мгновенно изымает иллюзорную(обман) информацию. Верующий же «продолжает верить», т.е. насильно держать в своей фактической памяти иллюзорную информацию. Игнорирует, под разными предлогами, очевидные факты, Сознательно не желает их перепроверять! Он строит «реальный» дом из реальных кубиков и иллюзорных кубиков. Задача может быть выполнена только при фактическом наличии шести кубиков, а их нет в реальности. Поэтому верующий будет пытаться осуществлять такую «невыполнимую задачу» вечно. Начинать за здравие, а заканчивать....??? И начинать все сначала. Ведь он считает возможность построения реальной пирамиды из «иллюзорных» кубиков реальной. Не различает добровольно и Сознательно «реальные кубики» и «воображаемые». Сваливает всю без разбора информацию в «фактическую память». Игнорирует любую информацию со стороны, доказывающую несостоятельность подмены реальности вымыслом(воображаемым). Воображаемая возможность «выполнения невыполнимого» снова и снова возвращает его в начало. Замкнутый круг – это добровольное безумие, вставлять воображаемый кубик то в основание, то в середину, то на верх пирамидки. Он не получит никогда реальной пирамидки в результате своей «изначально паталогичной» деятельности. Пример очень простой, но весьма наглядный. Теперь проверьте свой мозг на патологию, много ли в нем «иллюзорных кубиков»? Верований, которые вы поленились проверить фактически. Не имеете такой возможности? Это, однако, не делает вашу «иллюзорную память» реальной!!! Не будут ли эти иллюзорные «факты» вами использоваться, как «удачные дополнения» к моему нижеизложенному материалу! Я боюсь, что будут! А потому призываю вас закрыть книгу до времени, пока вы не избавите свою память от иллюзорной(больной) части и не оставите только здоровую(фактическую). Только после этого вы сможете реально, а не иллюзорно понять мою книгу. Получить после её прочтения реальный, а не иллюзорный результат. Не начинайте строить из «иллюзорных кубиков»! А если реально не способны отделить в себе фаты от иллюзий, а читать дальше хочется, то просто выбросьте всю свою память. В моей книге собрано достаточно объективных фактов и реалий, чтоб наполнить вашу память. Наполнить её заново(с нуля) только здоровой фактической информацией. Именно фактическая информация и «лечит» ваш мозг, а иллюзорная – это источник всех бед, корень всех болезней и расстройств(психических и физических).

Вторая – информационные провалы.

Ваше внимание – это способность ИЗБИРАТЕЛЬНО и ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО воспринимать информацию. Поэтому, отсутствие внимания равнозначно отсутствию возможности воспринимать информацию. А если таковая возможность отсутствует или испорчена, то и смысла нет дальше читать. Внимание присутствует в той или иной степени у любого. Поэтому заострю внимание на «болезнях» внимания и путях их преодоления. Без здорового внимания читать данную книгу – только время терять и лишать себя остатков умственного здоровья.

Информационный провал – это нарушение ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ внимания. Например, вы читаете предложение, в середине предложения вам в голову приходит мысль и вы увлекаетесь ей. Глаза по инерции и бессознательно продолжают бежать по строчкам. Когда вы оторвали внимание от своей мысли и опять перевели глаза на

текст, они видят уже другое предложение. Вы обязательно должны вернуться к тому месту, с которого вас выдернула ваша мысль!!! Большинство людей этому не придают значения. И это – болезнь внимания. Глаза бессознательно пробежали несколько слов(пусть даже один единственный предлог!). Пропущенные бессознательно части – это и есть «информационный провал». Например написано так: «Маша не пошла в школу», а вы читаете и воспринимаете так: «Маша...(мысль – наверно красивая была J)...шла в школу». Пропущенные бессознательно звуки «..не по..» меняют смысл кардинально! Но ваша память записывает только лишь то, что проходит через ваше внимание Сознательно . Остальное в память не попадает. Именно информационные провалы виноваты в непонимании людьми друг друга или в «извращенном понимании», что в прочем одно и тоже Избежать информационных провалов можно только абсолютной ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬЮ вашего внимания. И если оно не приучено стабильно и последовательно контролировать прием информации, то у вас серьезные проблемы. Вы принимаете информацию с «информационными провалами», а значит – ложную изначально. То есть заполняете свою память «иллюзорной информацией», бессознательно растите патологию в своем уме!

Избирательность – способность выбирать из массы информации только ту, которая проверена и подтверждена фактически и располагать её Сознательно в свою память. Информацию непроверенную, но возможно реально существующую, складировать в «иллюзорную часть памяти», до момента её личной проверки. Информацию «ложную» мгновенно удалять из «иллюзорной памяти». Информацию, подтвержденную личным опытом, переносить в «фактическую память» из иллюзорной части памяти.

Проверьте все ли у вас в порядке с головой. Прежде чем читать далее, протестируйте свое внимание и потренируйте его. Если не понятно как это сделать, то вернитесь и перечитывайте заново до тех пор, пока не заполните все информационные провалы. И не Осознаете все вышеперечисленные факты на своем личном опыте. Если он совпал с моим, значит все нормально, и вам открыт доступ к дальнейшей информации данной книги. Если нет, то я снимаю всякую ответственность, за ваше самовольное прочтение нижеприведенного фактического материала. В лучшем случае вы потеряете время, в худшем – наполните свой мозг новыми информационными провалами, что чревато! Воображение манипулирующее «иллюзорными фактами» опасно! И опасность эта отнюдь не иллюзорна. Так, например, воображать, что серная концентрированная кислота, это вода – значит потенциально иметь реальную возможность серьезно травмироваться. Воображение не может «заболеть», но его «направляет на иллюзию» большое внимание, подменяющее объективную реальность фантазией. Это создает нереальные фантазии, «болезненные невыполнимые задачи» вполне реально «добывающие» человека, доводящие его до безумия и прочих патологий. Отсутствие здоровой избирательности внимания, подмена реальности иллюзией, делает плоды работы воображения в лучшем случае бесполезным мусором. В худшем причиной серьезных умственных расстройств и физических патологий.

Почему я решил написать эту книгу

Свою жизнь я посвятил исследованиям возможностей человека. Меня с детства интересовал вопрос «смысла человеческого бытия». По мере того, как я для себя отвечал на данный вопрос, ко мне приходила Осознанность и знания(сила). Окружающие меня люди, видя мои успехи, постепенно начали обращаться ко мне за советами и помощью. Так как я человек простой и доступный для общения, то старался помочь каждому, по мере своих знаний и способностей. Однако постепенно я осознал всю тщетность «целительства». Хотя большинство людей, обращающихся ко мне за помощью, исцелялись или получали значительное улучшение в здоровье и личной жизни. Однако они привязывались ко мне. Переставали чувствовать ответственность за свою жизнь и свое здоровье. Результат, достигнутый не своим собственным усилием, не может быть долговременным! Ни кто из моих пациентов, так и не захотел принять такую простую истину, как руководство к своей дальнейшей жизни. Все предпочитали, получив облегчение, продолжать устоявшийся образ жизни и руководствоваться старым мышлением. Ничего не поменяв в себе, они снова совершали прежние ошибки и снова получали прежний результат – болезни, конфликты, безнадёгу. Приходили ко мне снова и снова. Получив облегчение, возвращались на круги своя. Такой замкнутый круг меня начал тяготить. Получалось, что мои «благие намерения» делают из меня «двуликого Януса». С одной стороны – целителя, энергетического донора, уважаемого и нужного человека. С другой – распорядителя судеб, побочно творящего из людей вампиров и паразитов. Кумира, мелкого божка, живущего для поклонения «пациентов», получившего власть над Сознанием(душами) пациентов и жаждущего их денег. Хотел как лучше, а получилось, как у всех среднестатистических докторов и целителей. Я бросил «целительство», и порекомендовал всем своим «поклонникам» заняться собой. Начал организовывать оздоровительные ликбезы, консультировать людей, вставших на путь «здорового образа жизни». Помогать людям совершенствоваться и поддерживать их Сознательное стремление к духовной и физической свободе, в этом я и вижу цель своего бытия. Мне ненавистна всякая духовная и физическая зависимость. Я с большим удовольствием помогаю любому человеку, пожелавшему достичь максимальной свободы и личной силы. Я категорически против всех организованных «духовных» сообществ, основанных на принципах иерархии и подчинения. Моя религия – истина. Свобода для себя и для всех – мой жизненный принцип. Равенство в общении с любым человеком – моя философия. Данная книга написана как подробное руководство к самооздоровлению и саморазвитию для самого широкого круга читателей. Она доступна и понятна любому ЗДРАВОМЫСЛЯЩЕМУ. Мое желание поделиться собственным опытом с другими людьми и явилось главной причиной этого труда.

В 1998 году на очередных лекционных курсах ко мне обратилась за помощью женщина. Проблема была не у неё, а у её сына. Он заикался, сначала я отказался, так как представления не имел, что это за болезнь. О данном заболевании ходила масса слухов и историй, официально болезнь считалась неизлечимой. Однако я лично знал человека, который самостоятельно избавил себя от заикания, отказавшись от услуг медиков и психологов. Которые долго и разумеется безуспешно её лечили от ими же признанного «неизлечимым» заболевания. Данное противоречие слишком очевидно, с одной стороны – диагноз «неизлечимо», с другой – живой человек, говорящий абсолютно нормально. Я привык доверять своим ушам больше, чем сотням официальных «диагнозов» и решил исследовать этот вопрос досконально. Если излечился самостоятельно один, то почему бы не попробовать самостоятельно излечиться и другим? Не опираясь ни на какие авторитеты и доверяя только

результатам личного практического опыта я взялся за дело. Так я начал исследовать речь. Прошли годы. Накоплена масса информации, подтвержденная практическими опытами. Сотни заик полностью нормализовали речь. Мной создана уникальная методика совершенствования речи, которая не только нормализует речь любого заика, но и многократно совершенствует её. Постепенно накопилась масса удивительных знаний и открытий, которые я собрал и обобщил в данном учебном руководстве.

Я начинал с заикания, но по мере углубления в «проблему». Всплывали новые и новые факты, появлялись неразрешенные вопросы. Так, решенная абсолютно успешно проблема заикания вылилась теперь в глобальную проблему «человеческой речи» и человеческого общения. Для решения проблем, связанных с человеческой речью и общением, я решил создать отдельную отрасль науки с простым и ясным названием «Речеведение». Буквально – речь ведать, то есть знать о речи все. Данная книга является полным практическим руководством по самостоятельному совершенствованию речи и устранению всех возможных проблем с ней у физически полноценных людей. Физически полноценным для нормальной речи я называю любого человека у которого нормально сформированы органы речи(язык, голосовые связки, губы, зубы, небо). Впрочем и людям с физическими недостатками данная книга несомненно поможет исправить в их речи то, что возможно до максимально возможного предела.

Вашему вниманию представлен первый том «Игноры». Наука эта новая, можно сказать рожденная в 1998 году. По мере накопления новых фактов и открытий я планирую выход серии книг в которых опишу подробно и ясно все технологии совершенствования и развития человека, существующие на сегодняшний день в мире и реально работающие. Подробно разберу и устраню все мифы и слухи, касающиеся проблем человеческого феномена.

Благодарности

Благодарю своих учителей, благодарю своих друзей и Гришу Позднякова особенно J, благодарю издателя, благодарю всех заик.

Введение

Игнора – наука о взаимодействии Сознания(воображения) и материи(тел

материальных). Начало данной науки положено в 1998 году мной Снежко Р.А. в связи с исследованием вопроса о «неизлечимости» заикания. В основание Игноры положен открытый мной мировой Закон «абсолютной последовательности материальных событий». К данной науке относятся все теории, основанные на реальных фактах и получившие практическое подтверждение, связанные с взаимодействиями Сознания и материи. Название науки я взял не случайно. Вот какой смысл вложен в сокращение ИГНОРА:

«И» - от слова истинна(истинные законы), очевидные каждому наблюдателю факты, отсутствие исключений, абсолютное знание.

«Гно» - гнозис(ведение, знание). Гнозис – это не просто информация, это слово обозначает только опыт конкретного человека, основанный на освоенных лично им практических навыках. Безусловной возможности их публичной демонстрации. Гнозисом не является «знание» полученное из книг простым прочтением. Эта книга чистый базис для гнозиса(практическое руководство для самоисследования Сознания и самоисследования тела). Только проверив на себе, описанные в этой книге научные техники, человек может претендовать на её понимание. Гнозис исключает всякие теоретические споры и опирается только на фактические результаты и неоспоримые закономерности. Языком данной науки являются очевидные любому человеку факты и логические построения, основанные на данных фактах. В Игноре нет места мифам, слухам, философским и прочим теориям и абстрактным размышлениям, не основанным на неоспоримых доказательствах.

«РА» - здесь кроется двоякий смысл. С одной стороны глаз Ра – это символ вечного идеального наблюдателя(см. египетские фрески), то есть чистой Осознанности без объекта для наблюдения. С другой стороны имя мифологического божества Ра – мой псевдоним, так как «Р.А.» - это мои инициалы, скромное напоминание об основателе данной науки Романе Алексеевиче Снежко J.

Игнора созвучна слову «игнорировать». Э это неслучайное совпадение. Способность к игнорированию – это способность к самостоятельному поиску, ключ к подлинной Сознательной свободе выбора. Игнорирование – это свойство индивидуума не зависеть от мнения со стороны и оставаться самим собой в любых обстоятельствах. Только подлинный искатель истины способен использовать данное свойство Сознания. И потому пусть все изучающие науку Игнору будут носить гордое имя «игнори», в знак игнорирования любого «авторитетного» мнения со стороны и доверия только своему личному опыту. Игнорировать не значит тупо отворачиваться от предоставленной информации или не замечать её. Не замечать – это слепота, невежество, неосознанность. Оторачиваться – бежать, это страх. Игнорировать – это Осознанно и предельно внимательно исследовать любую информацию. Если она не соответствует истине, то сам этот факт уже автоматически восстанавливает истинный порядок вещей. Игнорировать – значит «отделять зерна от плевел», правду от неправды, истину от иллюзии. Утвердить истину - это тоже самое, что игнорировать иллюзию и наоборот. Это две стороны одного процесса познания. Поиск истины без права на выбор, без возможности игнорировать – ничто. Просто не может существовать. Станьте игнори – свободными и независимыми защитниками и искателями истины.

Ниже представлены пока только мои исследования в области взаимодействия человеческого Сознания и тела: описания фактов, их теоретическое обоснование,

практические результаты опытов с человеческим телом и воображением, авторская методика совершенствования человеческой речи, практические упражнения по самостоятельному совершенствованию речи и тела человека.

Приглашаю всех исследователей в области Сознания, тела, речи и коммуникации присоединиться к моим исследованиям и дополнить «Игнору» своими знаниями и опытом, и вписать свои имена в «скрижали новой научной дисциплины» не ради славы, но ради процветания и благоденствия истины. С уважением ко всем преданным исследователям и искателям истины, искренне ваш Снежко Роман Алексеевич.

Первый антимаериальный закон или закон Снежко Р.А.(ЗАКОН АБСОЛЮТНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ МАТЕРИАЛЬНЫХ СОБЫТИЙ)

Прежде чем сформулировать данный абсолютный закон, мы проведем с вами, уважаемый читатель, наглядный эксперимент. И у меня к вам большая просьба, выполнить все несложные процедуры данного эксперимента прямо здесь и сейчас. Если этого не сделать, то понимание вами дальнейшего изложенного материала будет крайне затруднительным. Не ошибитесь подменяя истинный гнозис(личный опыт), слепой верой авторитету, написавшему данную книгу. Проще говоря, если не проверите на себе истинность данного закона, то просто отложите данную книгу, до той поры, пока не решитесь активно выполнять все практические инструкции выложенные в этой книге. Без практики, теория мертва есть. А раз она мертва, то и забивать ей вашу память – только вредить вашему мозгу, и без того перегруженного массой разной мертвой информации.

Итак начнем. Пожалуйста вытяните перед собой руку. Вытянули? Хорошо. Теперь на счет три ОДНОВРЕМЕННО поднимите вашу руку вверх и опустите вниз. Раз, два, три начали!

Выполняйте! Выполняйте задание..., приложите максимальное усилие для выполнения данного задания! Понимаю ничего не получается, кроме пота, напряженной невероятно руки и беспорядка в мыслях. Результат очевиден любому самоисследователю(участнику эксперимента). Факт, что ваша рука до сих пор так и не сдвинулась с места(при условии, что вы изо всех сил пытались выполнить данное задание). Она только сильнее напряглась и возможно начала дрожать от прилагаемого усилия. Очевидно любому, что выполнить человеку данную и аналогичные с ней задачи не под силу. Если вы сомневаетесь в моем выводе, пожалуйста проделайте все задание с самого начала, скорее всего вы не внимательно прочитали условия данного эксперимента. Или попробуйте посидеть одновременно на двух, поставленных в разных углах комнаты, стульях. Или одновременно произнести хотя бы два звука. Все

вышеперечисленные задачи сходны в одном – это задачи **ОДНОВРЕМЕННОСТИ**. Они изначально не выполнимы человеческим телом, то есть материальной частью человека.

Возникает логический вопрос, а что значит «материальной частью»? Разве есть какая то другая часть в человеке, кроме материального тела? Не буду с вами спорить, и соглашаться со мной не прошу, и уж тем более не требую верить мне «на слово». Я и сам никому не верю, пока сам не проверю на практике полученную со стороны информацию. Лучше предложу вам эксперимент. Прodelайте его и ответ станет самоочевиден, без всяких долгих споров. Вытяните руку вперед перед собой, как в предшествующем эксперименте. Теперь из данного исходного положения представьте **ОДНОВРЕМЕННО**, как ваша рука пойдет вверх и опустится вниз. У кого плохо с воображением, скажут, что это сделать тоже невозможно. И всё же если напрячь воображение совсем немного, то можно мысленно увидеть, как ваша рука голограммно раздвоилась и одна воображаемая рука пошла вверх, а другая(точная её копия) пошла вниз. Одновременно в вашем творческом воображении данная задача успешно разрешается. И не только такая простая задача **ОДНОВРЕМЕННОСТИ** может быть с легкостью решена вашим воображением. Вы можете разрешить практически всё задачи **ОДНОВРЕМЕННОСТИ** любой ложности **ОДНОВРЕМЕННО**! Например вы можете сидеть на разных стульях, одновременно в двух телах и со множеством рук направленных в разные стороны и это только начало. Немного портенировав своё воображение можно с легкостью решить и не такое **ОДНОВРЕМЕННОЕ** задание!

Итак, опыт для отдельно взятого **ЧЕЛОВЕКА** завершен, и нам остается сделать выводы на основе полученных фактов, логики и здравого смысла. Вот к каким логическим заключениям пришел я, возможно они не совпадут с вашими(тогда просьба сообщить мне в чем несовпадение). Однако советую их все же прочесть, чтоб было с чем сравнивать ваши логические выводы. Мы ставили одни и те же задачи **ОДНОВРЕМЕННОСТИ**(одновременно совершить противоположные действия) перед одним и тем же **ЕДИНСТВЕННЫМ** человеком так? Так. Во всех случаях человек(его физическое тело) не мог выполнить ни одной задачи одновременности. Однако тот же человек(воображение) смог не только выполнить поставленные задачи **ОДНОВРЕМЕННОСТИ** последовательно одну за другой. Но и смог выполнить их все одновременно! Итак, что же получилось: один человек, одни задачи, разные лишь условия(тело или воображение). Части одного и того же человека ведут себя совершенно по-разному! Одна часть(тело) – проявляет полную неспособность к задачам одновременности, другая же(воображение) с легкостью и практически без усилий справляется с ними. Вывод напрашивается только один единственный – человек разделен на две части, которые ведут себя совершенно противоположным образом. Почему именно противоположным, а не просто «различным»? Да потому, что ставились только задачи **ОДНОВРЕМЕННОСТИ**, совершенно одинаковые, и только практические. И на любую практическую задачу в природе существует всего два противоположных ответа **ДА** или **НЕТ**. И не более. Тело может – ответ отрицательный «**НЕТ**». Воображение может – ответ положительный «**ДА**». Таким образом результаты абсолютно противоположны. Отсюда логично сделать вывод, что если результаты опыта с разными частями одного и того же человека противоположны совершенно, то и части эти должны быть совершенно противоположны и по прочим своим свойствам. Давайте проверим наши предположения, проведя над собой еще ряд экспериментов.

Всем очевиден факт, что тело человека материально. Думаю доказательств этому предостаточно, потому упускаю их в целях сокращения и упрощения излагаемого материала. Для сомневающихся рекомендую проштудировать учебники по физике или просто попытаться пройти сквозь стену J. У материи есть ряд свойств, совершенно очевидных для каждого из нас по курсу физики в средней школе. Возьмем основные свойства материи(масса, инерция, вес и проч.) и ответим на нижеследующие опыты ДА или НЕТ. Любой опыт не предполагает никаких иных ответов. Складывая эти ДА или НЕТ получаем чистое логическое рассуждение. Итак тело человека материально, а воображение антиматериально. Этот вывод я делаю на основе элементарных ответов ДА или НЕТ в процессе простых опытов:

вопрос

тело

воображение

(воображаемый образ)

Обладает ли часть человека инерцией?

да

нет

Подвержена ли часть гравитации?

да

нет

Обладает ли часть человека массой?

да

нет

Обладает ли часть человека весом?

да

нет

Обнаруживает ли себя в пространстве?

да

нет

Способна ли пребывать одновременно в двух удаленных частях пространства?

нет

да

Способна ли исчезнуть и появиться в одном и том же пространстве с интервалом во времени?

нет
да

Здесь места для ваших вопросов J, мне же ответы известны заранее, там где в одном столбце будет ДА в другом всегда будет НЕТ: не верьте мне, ПРОВЕРЬТЕ САМИ!

Интересный для многих вопрос J. Исчезает ли материя со временем(смертна ли она)?
да
???.... согласно вышеперечисленной закономерности ДА и НЕТ, конечно НЕТ!

Можете дальше сами продолжить данный опрос, если сомневаетесь в ответах. Возьмите конкретного человека и внимательно запечатлейте его в своем воображении. Теперь взвесьте человека, бросьте, толкните, разрежьте и так далее....., то же проделайте и с воображаемым отражением человека(себя самого). Результаты занесите в таблицу. Теперь сделайте логические выводы и сравните с моими. Во всех экспериментах тело и воображение обладают совершенно противоположными свойствами. Противоположность обозначается приставкой АНТИ. Таким образом если тело материально, то воображение АНТИматериально. Надеюсь присутствие такового в себе самом для всех очевидна? Если нет, то пошлите его к психиатру и отберите мою книгу. Если ДА – это утверждение, то НЕТ – это АНТИ «да»? Логично? Однозначно. Если все свойства материи и воображения противоположны, следовательно и сама материя – это полная противоположность воображения. Материя тела материальна, а воображение антиматериально. Таким образом человек состоит из двух основных частей материальной и антиматериальной и основным качественным критерием для обнаружения существования материи и антиматерии могут служить ЗАДАЧИ ОДНОВРЕМЕННОСТИ внутри отдельно взятого индивидуума(человека).

Понятие «СОЗНАНИЕ»

Теперь проведем такие самоэксперименты:

Внимательно посмотрим на свое тело, воспользуемся зеркалом для более подробного и объемного рассмотрения.

Ну это легко, очевидно скажете вы, глазами мы смотрим. Не могу не согласиться, с вами что смотрим. Но усомнюсь, что глазами J, если позволите. И сомнения у меня возникли не случайно, а после некоторых экспериментов. Утверждаю, что мы смотрим через глаза, как слепые через очки, для более четкого рассмотрения объектов. Опять же не прошу верить мне на слово, а попробовать сделать следующее экспериментальное действие.

Посмотрим на свои руки глазами, теперь закроем глаза и представим их(увидим воображением).

Увидим воображением, как они реально движутся, сжимаются и разжимаются ваши пальцы, ориентируясь по своим тактильным ощущениям. Кому сложно увидеть воображением руку, просто увидите хотя бы палец. Это не сложно. И очевидно, что каждый может это сделать без особого труда. Палец сгибается и ваше воображение видит как он сгибается. А глаза при этом не работают. Тем не менее мы можем видеть. Факт, факт. Некоторые скажут, что не видим, а чувствуем. Тогда я им возражу – именно видим, потому что чувствовать образ это нечто иное. Например, представить стол – это увидеть воображением, погладить его – вот это чувство. Следовательно мы видим воображением, а глаза это только очки(некий материальный прибор) для видения внешнего мира, отделенного от конкретного человека. Воображением мы можем видеть свое тело и его части, а так же энергетические потоки в нем(при определенной тренировке) совершенно реально, но не можем видеть окружающую действительность, отдельную от нас без дополнительной тренировки. Хотя её можно «смутно» видеть ориентируясь на звук, подобно дельфинам, видящим ультразвук. Но тело среднестатистического человека не обладает источником ультразвука. И все же кое что мы способны увидеть воображением опираясь на наш собственный слух, хотя очень неясно и размыто. В замке щелкает ключ и вы видите воображением некий образ, издающий этот звук. Только открытая дверь позволяет вам совершенно отчетливо его увидеть через глаза – «очки внешней реальности». Опираясь на изложенные факты можно сделать однозначный вывод о том, что мы смотрим через глаза, а видим воображением. Так и определимся в терминах. Если упоминается слово «смотреть» - значит речь идет о физических глазах, если используется слово «видеть» - значит речь идет о воображении. Аналогичный эксперимент можно провести и со слухом и с тактильными и с прочими органами чувств. Результат всех экспериментов будет один – видит, слышит, ощущает воображение, посредством аналогов-механизмов тела(глаз, ушей, кожи и т.д.). Но истина ли это, так ли на самом деле? Продолжаем экспериментировать!

Закроем глаза и увидим себя со стороны на мысленном экране

Лягте, расслабьтесь, закройте глаза. С закрытыми глазами увидим себя со стороны, там где вы лежите(комната или иное место). Для этого представим мысленный экран перед собой(большое зеркало) и увидим на нем лежащего себя(вид сверху). Кому сложно, повесьте перед собой на потолке большое зеркало, внимательно смотрите на него, а потом плавно закройте глаза. Смотрение глазами прекратилось и началось видение воображением. Прodelайте это много раз, чтоб почувствовать разницу между смотрением и видением. Реально её различить!!! Начните двигаться и видите, как движется ваше воображаемое тело на воображаемом экране и одновременно движется ваше материальное тело. По мере такого наблюдения центр вашего видения сместится в точку пространства вне вашего материального тела и если вы не уснете и не потеряете бодрственное Сознание, вы будете ясно наблюдать объемное трехмерное тело из точки пространства вне тела. Упражнение не из легких, но оно стоит того. Если чье то воображение сможет такое осуществить, то оно сможет реально выйти за пределы материального тела. Наблюдатель остался сам по себе в пустом пространстве(там где было воображаемое отражение – зеркало), а материальное тело наблюдаемое со стороны – само по себе! При чем точка видения может занимать любое положение в пространстве независимо ни от чего. Мы можем видеть тело, лежащее в комнате, сверху, справа, слева, снизу, сверху. С бесконечного количества углов восприятия, из мест, находящихся на любых расстояниях, доступных нашему видению(воображению).

Наблюдатель – видящий со стороны, из пустого пространства, не отождествленный ни с каким материальным объектом и есть Сознание. Наше подлинное «Я». Когда Сознание наблюдает мир изнутри какого-либо объекта – это называется отождествлением с этим объектом. Такое отождествление называется «я» или «эго». Наблюдение Сознанием изнутри кого-либо объекта с помощью его органов чувств, глазами, ушами, кожей и прочими, называется смотрение. Наблюдение Сознанием изнутри или из-вне какого-либо материального объекта без посредства органов чувств – есть видение.

Отличие Сознания и воображения

Сознание – чистый наблюдатель, способный существовать в полной пустоте, без присутствия каких-либо объектов или образов. Очевидный факт, что воображение применимо только к какому-либо объекту, наблюдаемому Сознанием. Воображение – это творческая способность Сознания к порождению, манипуляции, трансформации и игнорированию объектов. Итак воображение – это качество, присущее Сознанию, его способность творить, удерживать(поддерживать без изменений или трансформировать, изменять) и игнорировать(растворять, разрушать).

Прodelаем следующие эксперименты, чтоб закрепить на практике выше расположенные

утверждения. Не закрывая глаз представим(увидим) перед собой в пустом пространстве красный шар. Осознаем, что мы(наше Сознание, «Я») его создали, посредством воображения. Представим, как шар начал вращаться вокруг своей, вертикальной, оси. Удерживаем эту трехмерную картинку, вращающегося шара одну минуту. Осознаем, что мы способны удерживать данную картину и манипулировать ей по собственному усмотрению. Представим, что красный шар трансформировался(посредством нашего воображения разумеется, а не сам по себе) в красный квадрат, а за тем квадрат сделаем синим. Осознаем, что воображение способно к трансформации(изменению). Создадим в пространстве сзади себя розовую пирамиду. Осознаем, что для этого мы должны проигнорировать(отвлечься), от синего квадрата, расположенного в пространстве прямо перед нами. Осознаем, что пока мы наблюдаем внимательно изнутри тела розовую пирамиду или проводим с ней какие-либо трансформации, синий квадрат исчезает из видения нашего воображения, становится неосознаваемым(«невидимым»). Мы его перестаем Осознавать и наблюдать(видеть). Перенесем наше Сознание из тела в пустое пространство слева от тела и увидим со стороны, картину целиком(наше тело, впереди него синий квадрат, сзади розовую пирамиду). Осознаем, что можем одновременно наблюдать и розовую пирамиду и синий треугольник, только в случае изменения точки видения. Точнее перенесения её вне тела. Перенесение точки видения «вне», так что бы возникала возможность одновременного видения целой картины и одновременных манипуляций со всеми её составляющими называется абстракцией(«выходом наблюдателя вне...») картины, образа, объекта). Снова перенесем точку видения в тело и растворим в пространстве последовательно сначала розовую пирамиду и за тем синий квадрат. Как видим из этих экспериментов, что все наши предположения относительно Сознания и воображения верны на все 100 процентов, то есть «истинны».

Абстракция и отождествление

Абстракция – способность Сознания переносить точку видения вне любого объекта(картины), для одновременного и целостного его видения.

Отождествление – способность Сознания переносить точку видения внутрь объекта(картины) для чувственного переживания данного объекта.

Эти два состояния Сознания(наблюдателя) отличаются по своим свойствам весьма разительно, а точнее абсолютно противоположны. И каждое из них обладает собственными преимуществами и недостатками. А вместе они наделяют наблюдателя(Сознание) безграничными возможностями для творчества. Для наглядного сравнения нарисуем таблицу в которой обобщим наблюдения относительно абстракции и отождествления с собственным телом.

Абстракция с телом

Отождествление с телом

Наблюдение «вне»

Наблюдение «изнутри»

Одновременное видение

Последовательное видение

Расфокусированное(голограммное) видение
Сфокусированное(линейное) видение

Понаблюдайте своим воображением и за тем как ведут себя органы чувств(зрение, слух, тактильное восприятие и прочие) при абстракции от собственного тела и при отождествлении с ним(или отдельными его частями: глаза, уши, кожа, мышцы и проч.). Сравните, как ведет себя Сознание при абстракции и при отождествления с телом. Вы увидите одну неменяющуюся закономерность. В момент абстракции всегда присутствуют голограммность и одновременность восприятия, а в момент отождествления с телом линейность и последовательность восприятия. Я назвал эту закономерность вторым антиматериальным законом Снежко Р.А. «абсолютная последовательность тождественности и абстракции».

Второй антимаериальный закон Снежко Р.А.(абсолютная последовательность тождественности и абстракции)

Закон гласит: Сознание(наблюдатель) способно находиться либо в состоянии абстракции, либо в состоянии отождествления. Одновременное пребывание Сознания в этих двух противоположных состояниях абсолютно невозможно.

Знать эту закономерность очень важно. Она раскрывает всю суть Творения, так как является ключом к познанию самого акта творения. Сознание способно существовать, но не действовать. Действие порождено воображением, им же творится весь проявленный мир. Сознание способно существовать в абсолютной пустоте, без воображения(без пространства, без границ, без форм, без времен). Из Сознания проявляется пространство, из пространства проявляется объект(образ), который воображение творит в пространстве путем его деления на более мелкие подпространства.

Видение объекта и объект проявляются одновременно. Воображение не проявлено без объекта. Аналогично тому, как отражения в зеркале не появятся без отраженного объекта. Если нет объекта, то и отражения в зеркале нет. А отраженная в зеркале пустота не способна проявить и подтвердить присутствие зеркала. Воображение – это живое многомерное зеркало Сознания. Невидимая оболочка Сознания, тождественная пространству. Почему тождественная пространству? Да потому, что если нет пространства, то образ не где расположить. Сознание способно пребывать вне пространства. Воображение вне пространства невозможно. Пустое пространство – это рожденное, но пока не проявленное воображение. Исчезает пространство – это смерть воображения, но не смерть Сознания! Таким образом пространство – это воображение! Это разные слова, но совершенно тождественные понятия. Пространство живо! Осознанно и способно творить! **ПРЕДСТАВЬТЕ – ЭТО ВСЕ НЕСЛОЖНО ПРЕДСТАВИТЬ**(увидеть и осознать) **ЛЮБОМУ, И КАЖДЫЙ ПРЕДСТАВИТ ЭТО СОВЕРШЕННО ОДИНАКОВО.** А раз для всех это одинаково, то это уже закономерность, по крайней мере для человеческого Сознания. Наблюдая пространство Сознание рождает воображение, а игнорируя пространство прекращает существование воображения. Само же сознание остается в своей неизменности. Нерожденное не может умереть. Таким образом рождение и смерть присущи только воображению. Вернее существует единый процесс «рождение-смерть». Это как две стороны одной монеты – воображения. Образ необходим воображению, что бы проявиться, пространство – его жизнь. Чувство бытия «Я есть» рождается воображением одновременно с рождением пространства. Чувство «я» рождается с первым рожденным пространством(воображением) образом. Чувство «Я» - чувство бытия безграничного пространства. Чувство «я» - чувство бытия строго органичного пространства. Подпространства бесконечного пространства. Пространство понижывает все формы собой, и так как оно живо, то и все формы не могут быть мертвыми. Разрушаются и создаются только границы, природу пространства – жизнь, чувство «Я есть» ничто разрушить не может, кроме свертывания самого пространства. Чувство «я есть» разрушаются соответственно, при разрушении границ соответствующих форм – маленьких ограниченных пространств, внутри единого и безграничного пространства.

Чем же разграничивается пространство? На этот вопрос мы ответим позднее в разделе «Сознательное творение и уничтожение материи и материальных форм». А пока

рассмотрим детально устройство и проблемы человеческой речи. В частности проблему «заикания». Мной создан метод, полностью решивший эту «неизлечимую проблему речи» для человечества раз навсегда.

Практика речи, методика совершенствования речи Снежко Р.А.

Преимущества и особенности методики совершенствования речи Снежко Р.А.

1. Методика проста и понятна любому умеющему читать человеку. Написана простым и доступным языком, без сложных и непонятных "профессиональных" терминов.
2. Методика избавляет АБСОЛЮТНО от любого типа логоневроза(заикания) без каких-либо исключений. Кто хотя бы раз внимательно прочитал метод уже обречен на здоровую речь, по мере роста Осознания сути метода речь налаживается автоматически.
3. Методика создана автором который в прошлом сам «заикался» и знает о заикании и патологиях речи не понаслышке, а на собственном опыте.
4. Методика автономна и не построена на ранее существующих методиках "лечения заикания". Более того, она полностью опровергает ранее существующие методы "лечения заикания". Она демонстрирует на примерах не просто бесполезность ранее существующих методик, но и откровенный вред, который они наносят здоровью и речи людей, начавшим по ним «лечиться».
5. Метод надо читать и изучать полностью отрешившись от прошлых "знаний" о заикании!!!! Это очень важно для нормального понимания методики!!!! Ни в коем случае нельзя смешивать мой метод с каким-либо из иных методов или практиковать совместно. Это не принесет никакой пользы и прогресса в речи, только разочарование. Возможно сильное улучшение вначале, но потом обязательно произойдет возвращение к старой речи(из-за «смешивания с ошибочными методами»). Как известно, ложка дегтя целиком портит бочку меда.
6. Методика легка в освоении и не требует каких-либо усилий со стороны заикающегося. Любое усилие или насилие над собой является грубейшей ошибкой!!!! Применение усилия в моем методе говорит о полном непонимании его и следовательно бесполезности его дальнейшей практики самостоятельно!!!

7. Метод дает возможность самостоятельно избавиться от заикания просто сидя дома, изучая его внимательно и последовательно, шаг за шагом осознавая свою речь. Вы можете обнаружить и самостоятельно устранить ошибки в своей речи, приводящие вас к заиканию.

8. Метод очень быстро налаживает речь, буквально мгновенно!!! Если речь не стала сразу нормальной здесь и сейчас, значит методика понята неправильно!!!! Это очень важно понять. Метод не обещает, что вы начнете улучшать свою речь завтра или позднее постепенно, он напротив утверждает, что речь должна стать нормальной прямо здесь и сейчас. И если она не наладится в настоящем, то бесполезно ждать, что она станет лучше завтра или позднее в будущем!!! Поэтому, если вы не заговорили нормально сразу, то не метод виноват, а ваше непонимание его! Если вы ждете, что завтра наступит улучшение - значит вы не поняли суть методики, и бесполезно надеяться на завтра. Или прямо сейчас нормальная речь и навсегда! Или никогда(из-за неправильного понимания).

9. Если самостоятельно вы не смогли осознать и понять методику(по тем или иным причинам не можете самостоятельно заговорить сразу нормально и стабильно), то нет причин разочаровываться или расстраиваться. У вас есть всегда возможность приехать к автору методики или посетить мои семинары, которые стоят очень недорого в отличие от семинаров прочих "целителей"(на порядок дешевле)! И буквально в первый день семинара заговорить!!! В остальные дни вы только закрепляете нормальную речь и общаетесь в кругу "бывших заик" пока ваша уверенность в речи не станет абсолютной(это происходит за 4 дня непрерывного общения и освоения метода под моим личным руководством).

10. Наилучший метод освоения метода - это встреча лично со мной, это гарантирует вам 100% нормальную речь, абсолютно правильное понимание метода и экономит очень серьезно ваши время, деньги(на порядок дешевле, чем у прочих целителей) и главное нервы(результат сразу в первый день занятий)!

11. Метод гарантированно снимает ужасные последствия "лечения" по иным методикам(в частности Арутюнян, психологов и колдунов). Такие, например, как тики различных частей тела(дерганье или перенапряжение в момент речи губ, рук, плечей и проч.), напевная речь, страхи сложных звуков и слов, страхи (перед некоторыми людьми и ситуациями в жизни и другие см. ответы на письма заик), различные комплексы неполноценности, убежденность в собственной неизлечимости или "особенной сложности" собственного типа заикания.

12. Метод не просто улучшает и приводит в норму вашу речь, он совершенствует вашу речь!!! Методика позволяет за 4-5 месяцев настолько усовершенствовать речь, что она не уступит речи лучших ведущих ТВ и прочих профессионалов.

13. Уверенная речь и полный осознанный контроль над ней гарантируют вам отсутствие возможности "возвращения заикания"!!! Вы можете заикание убирать и возвращать по собственному желанию!!!! У вас появляется уникальная возможность выбора заикаться или не заикаться по своему желанию в любое время и в любом месте! Одним словом вы становитесь полным господином своей речи навсегда в максимально короткие сроки!!!!

P.S. Читая дальше вникайте в смысл и будьте снисходительны к юмору автора и стилю изложения :), а также помните о пункте 10(см.выше), и если самостоятельно не способны быстро разобраться в методике, получить мгновенный результат, просто запишитесь на семинар(инфо. на главной странице сайта) или договоритесь со мной о личной встрече(не ломайте голову и не тратьте время понапрасну).

Ступор – невыполнимая задача, это и есть «заикание»

Данный метод "лечения заикания" основан на открытом мной в 1998 году мировом ЗАКОНЕ АБСОЛЮТНОЙ СОЗНАТЕЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ МАТЕРИАЛЬНЫХ СОБЫТИЙ. Закон гласит: любое СОЗНАТЕЛЬНОЕ(имеется ввиду отдельно взятое Сознание - чувство "Я есть") действие в материальном мире может быть осуществлено материальным телом только последовательно, и никогда одновременно с любым другим материальным событием!

Согласно этому закону речь является Сознательным событием. Она состоит из ряда материальных событий тела(движения губ, языка и дыхания), контролируемых Сознанием индивидуума. Речевое общение - это три последовательных процесса, следующие один за другим: ввод информации(прием её в через органы чувств: уши, глаза и прочие.), обработка информации(звуки трансформируются воображением в образы и наоборот), вывод информации(собственная речь вслух). Человек состоит из двух противоположных по своим свойствам частей: Сознания(воображения) и материального тела. Именно раздвоенность человека несет в себе семя ступора(неосуществимой задачи для человека - материального и одновременно Сознательного существа). Ступор - это неосуществимая изначально задача, связанная с невозможной одновременностью материальных событий вопреки желанию Сознания. Например: Сознание может пожелать сидеть на двух стульях одновременно, а тело не способно осуществить данное желание Сознания. Бегая вокруг столба - увидеть перед собой свою спину, так же при всем желании не получится. Таких задач множество :))) Подробно рассмотрим одну из таких задач, так как она очень наглядно демонстрирует «заикание». Пожелаем одновременно совершить движение собственной руки в двух противоположных направлениях! Прошу заметить, что нематериальное Сознание способно представить (т.е. осуществить в воображении) данные события на уровне мыслеобразов просто мгновенно!!!! Однако рука(часть тела) при попытке совершить данное невыполнимое задание Сознания просто онемевает и замрет на месте. Если приложить дополнительное усилие и упорствовать, то рука возможно сильно напряжется и от напряжения задрожит, но не сдвинется с места. Попробуйте сами это осуществить прямо сейчас, оторвитесь от чтения. Иначе дальнейшее понимание вами сути метода станет затруднительно. Теперь наблюдайте за своими губами и языком в момент заикания. Не так же ли они себя ведут как рука, при попытке произнесения некоторых звуков, слов или в какой-нибудь «ответственной ситуации», при чтении на скорость? Ответ очевиден – симптомы сходятся на все 100 процентов. Таким образом мы имеем дело с одним и тем же явлением. Я называю это явление СТУПОР – НЕВЫПОЛНИМАЯ ЗАДАЧА. Заикание и ступор – близнецы братья. Это одно и то же. Говоря ступор – подразумеваю заикание, произнося «заикание» - надо понимать, что речь идет про ступор.

Таким образом я отождествляю «заикание» и ступор(невыполнимую задачу одновременности) на основе абсолютной экспериментальной схожести симптомов. Ступор бессознательно возникающий в человеческой речи, и есть пресловутое и ранее не распознанное, а потому и названное «неизлечимым» заикание. Ступор – проще говоря, это одновременно бессознательно начавшиеся два каких-либо речевых процесса. Неспособность человека «обойти» ступор, Сознательно наладить последовательность речи, и приводит человека к статическому перенапряжению(спазму мышц) и неуместному повтору(повторяющейся неудачной попытке сказать «одновременно»). Именно ступор есть первопричина и суть заикания, только Сознательно устранив ступор(одновременность) последовательностью, можно привести речь норму(автоматически и без малейших усилий)!! На основании вышеприведенных доказательств я отменяю термин "заикание", как не отражающий суть происходящего и только вводящий людей в заблуждение. Вместо заикания я ввожу всё объясняющий термин СТУПОР, отныне произнося устаревший термин "заикания" прошу понимать, что речь идет про РЕЧЕВОЙ СТУПОР(невыполнимую задачу одновременности, бессознательно «парализующую» речь). Ступор общечеловеческая «болезнь», имеющая место быть из-за парадокса разделенности человека на две части: Сознание(способное на одновременность) тело(не способное на одновременность).

Вышеперечисленное доказывает, что «заикание-ступор» не может быть вылечен никакими средствами, кроме восстановления Сознательной последовательности речевых процессов!!! А Сознательно это может сделать лишь сам заика-ступорник!!! Сознательно говорить последовательно – значит навсегда перестать ступориться и мгновенно избавиться от ступора. Ступор(непоследовательность) можно "излечить" только последовательностью, это подобно тому, как тьму можно "излечить" только светом!!! Это очень правильная аналогия, потому что с тьмой бесполезно бороться любым другим "лекарством" кроме света! Так же с непоследовательностью "бороться" бессмысленно по умолчанию(закон природы см.выше). Достаточно внести последовательность(на основе Сознательного выбора) в речь и невыполнимая задача одновременности, становится легко выполнимой. При этом она становится растянута во времени - но эту растянутость во времени обойти нельзя, так как материя способна существовать только при наличии времени, что нельзя сказать о Сознании!!! Одновременное присутствие в человеке двух природ: материи - последовательной и Сознания - одновременной, и создают в человеке "прецедент ступора". Человека заступоривает не только в речи - это глобальный патологический процесс основанный на конфликте Сознание-материя! Но в данном разделе мы рассмотрим только ту часть проблемы «ступора», которая касается человеческой речи. Научу вас, как самостоятельно(Сознательно) устранить этот конфликт в своей речи и таким образом навсегда избавиться от речевого ступора(заикания) себя и своих близких!!!

P.S. Далее по тексту читаешь "заикание", а подразумеваешь и понимаешь, что речь идет про СТУПОР.

Метод самоизбавления от речевого ступора(заикания)

Лечение заикания(ступора) достаточно просто. Вернее, всё что нужно для нормальной речи – это полное отсутствие лечения как такового. Что за бред скажете вы? Однако, прочитав мои выводы по данной теме, поймете весь абсурд и извращенность

«научных» представлений о лечении заикания. Когда я открыл, что сутью заикания является ступор(невыполнимая задача одновременности), которую просто нельзя вылечить по определению. Я решил поискать информацию о том, как же образованные врачи и целители, могут официально объявлять о возможности вылечить «невыполнимую задачу». Меня не очень удивил тот факт, что все представленные в интернете и книгах методики и способы лечения заикания в лучшем случае искренние заблуждения. В худшем – простой и наглый обман с целью заработать на человеческой беде. Лечить «невыполнимую задачу одновременности» можно только «последовательностью». Это вполне логично и научно. Ступор – одновременность и это доказанный мной факт. Однако если вы внимательно вникнете в смысл того контекста, который я придаю выражению «лечение невыполнимой задачи одновременности», то поймете, что само слово «лечение» здесь совершенно неуместно! Задачу вылечить нельзя – её можно просто не выполнять. ИГНОРИРОВАТЬ – без усилий, просто не обращать внимания, но не «лечить» - бороться, прилагать усилия, пытаться внести нечто недостающее для полной гармонии(лекарство или «костыль»!!! Речь человека самосовершенна и безусильна по своей природе. И её надо не насиловать, только и всего. Вот в чем основная причина «неизлечимости» заикания. Любая попытка исправить «ступор» - только делает его сильнее. Ступор исчезнет сам как мираж, а вернее казаться просто будет невозможен, если просто не пытаться выполнять невыполнимое. Таким образом для «лечения» ступора, надо в буквальном смысле НИЧЕГО НЕ ДЕЛАТЬ! Не пытаться выполнять заранее невыполнимое и есть абсолютная гарантия полного и стабильного отсутствия ступора, и в частности «речевого ступора»(заикания). Вспомните пример с рукой. Что нужно делать, чтоб её поднять и опустить **ОДНОВРЕМЕННО**? Как выполнить любую задачу одновременности **ОДНОВРЕМЕННО**? Да никак. Любая попытка и **ДАЖЕ МЫСЛЬ** о возможности выполнения приведет в ступор **МГНОВЕННО!** **ТОЛЬКО ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫЕ** действия, растянутые во времени могут иметь место в материальной природе. Речь человека – именно такое действие. Никакая одновременность в ней неуместна.

Где же нарушается принцип «абсолютной последовательности речи»? Где может «скрываться» ступор? Да там, где существует потенциальная возможность **БЕССОЗНАТЕЛЬНОЙ** попытки совершения «невыполнимой задачи одновременности». Для этого как минимум нужно наличие «двух взаимоисключающих», неспособных происходить одновременно процессов! Чтож проанализируем речь человека и определим из каких процессов она состоит. Первое, что необходимо для речи – это наличие возможности произносить звуки. Первый и основополагающий, процесс произнесения звуков – **ЗВУКООБРАЗОВАНИЕ**. Такая возможность есть практически у всех заик без исключений! Если считаете, что это не так, тогда просто произнесите все звуки(по алфавиту) отдельно, начиная с А и заканчивая Я. Возможность четко и ясно произнести все звуки я называю «**ПОЛНОЙ ЗВУКОВОЙ МАТРИЦЕЙ**». Возможность произнести большинство звуков необходимых для речеобразования – «**НЕПОЛНАЯ ЗВУКОВАЯ МАТРИЦА**». В любом из этих случаев «ступора» вы не обнаружите. Абсолютно все звуки произносятся **ПРАКТИЧЕСКИ** без усилий любым заикой, **ЕСТЕСТВЕННО И ЛЕГКО**. При произнесении одного звука «ступор» абсолютно исключен. Задача одновременности требует как минимум два звука(вернее процесса, попытки их произнесения). Например два звука А и Б(**ЗВУКИ НЕ ПУТАТЬ С БУКВАМИ!**) одновременно произнести нельзя. Это уже невыполнимо по умолчанию. То есть при произнесении слогов из 2х и более звуков, мы уже можем наблюдать потенциальную возможность «ступора». Попробуйте одновременно произнести два звука – убедитесь в том, что получится с вашими губами и ртом. Симптомы «напряженной немоты, повтора, нервного паралича

речевых мышц, затяжка первого звука или его длительное бессознательное непрерывное повторение» - типичные симптомы, так хорошо знакомые каждому заике. Попробуйте последовательно произнести эти же звуки. Получится АБ – слог. Произносится легко и ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО. Там, где есть последовательность, одновременность просто автоматически исключена. Таким образом при абсолютном последовательном произнесении звуков ступор автоматически исключается. При попытке произнести хотя бы два звука одновременно – мгновенно исчезает последовательность и возникает ступор. ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ и НЕПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ два взаимоисключающих процесса неспособные существовать в пространстве одновременно, как свет и тьма. Вторым в речевом образовании наблюдается процесс «мышления». Мы не можем говорить, если не будем знать о чем говорить. Думаю, что этот факт каждому абсолютно очевиден, а так же то, что говорим мы звуками, а не буквами(символьное выражение звуков используемое для письма). Итак, что бы говорить у нас в голове есть «аудиальный аналог» и «визуальный аналог» внешнего звука. Мысленный звук – это «аудиальный аналог», это память о том, как звучит звук вслух. Например произнесите вслух А. Прислушайтесь, как вслух А звучит, запомните это звучание. Теперь закройте рот и вспомните звучание А – это мысленное звучание и есть «аудиальный аналог» или звуковая мысль. Теперь напишите на листке бумаги А. Внимательно посмотрите на ваш рисунок и запомните его. Теперь закройте глаза и вспомните, как выглядит А. Этот образ в вашей памяти и есть «визуальный аналог» А. Таким образом у звука существует два аналога в мозге «визуальный» и «аудиальный» и следовательно существует потенциальная возможность попытки их одновременного воспроизведения, возможность ступора. Такой ступор я называю «мозговой» ступор. Именно наличие «мозгового» ступора, делает «речевой ступор» столь разнообразным, непредсказуемым и изменчивым! Мозговой ступор – это основа всех страхов и стрессов, связанных с заиканием. Почва для сотен устрашающих мифов о заикании. Многие будут спорить, что могут одновременно видеть символ А и мысленно слышать его или произносить звук А вслух. И я с этим частично соглашусь, но вот попробуйте это сделать Сознательно и вы почувствуете разницу! Убедитесь сами, попробовав Сознательно проделать это, и тогда поймете к чему я клоню. Произнесите А вслух с закрытыми глазами, прислушайтесь как он звучит, и одновременно ярко представьте перед собой в пространстве символ А, ну скажем красного цвета. Обратите внимание, что когда вы прислушиваетесь к мысленному звуку, вы не можете ярко видеть А. Символ исчезает из вашего «мысленного зрения». И наоборот, когда вы ярко представляете(визуализируете) А, то перестаете слышать мысленный звук А. И более того, если вы попробуйте представить А и произнести А вслух(сделать звук мышцами – кинестетическая система, чувство звука) и прислушаться ушами к звуку, то прочувствуйте сами, как речь ваша, вдруг начинает слабеть и обрывается в тот момент, когда вы ярко Сознательно визуальное представляете А!!! Мышцы тела(речевые) отключаются!!! Это ступор! Таким образом вы либо можете видеть символ звука, либо слышать звук, либо его произносить, но не способны это Сознательно делать одновременно!!! Одновременность мгновенно рождает ступор. Это лишь частное проявление Закона Снежка Р.А.(абсолютной последовательности материальных событий). Любая попытка одновременно «делать звук вслух»(мышцы), «видеть символ звука мысленно»(глаза) или «слышать звук»(уши) Сознательно невозможна. Однако речь легко выполняется последовательно и Сознательно. Мы способны лишь на одно сознательное действие в настоящем мгновении и не более. Бессознательно мы способны на множество действий одновременно(это аксиома Снежка Р.А.). Попытка осуществить более одного Сознательного действия одновременно всегда вводит в мгновенный и полный ступор(это первый антиматериальный закон Снежка Р.А.).

Однако тот факт, что речь это Сознательный акт, происходящий исключительно в настоящем мгновении на уровне мысли и мышц(тела), заставляет нас задуматься, как же это возможно одновременно. Но если понаблюдать внимательно, то мы увидим, что нет никакой Сознательной одновременности!!! Только ряд последовательных бессознательных событий. Первый – прием информации от внешнего источника(через один из 5 органов чувств), второй - обработка информации мозгом(через один из 5 видов памяти) и третий - вывод информации виде речи(ЧЕРЕЗ МНОЖЕСТВО МЫШЦЫ ТЕЛА ОДНОВРЕМЕННО!!!). Разумеется при исправно работающей звуковой матрице(тело способное к правильному бессознательному произнесению большинства звуков речи). Первые два процесса требуют иногда присутствия Сознания, третий же полностью автоматизирован с детства, и абсолютно не требует присутствия Сознания. Следовательно ступор возникает только при попытке одновременно думать и принимать информацию, а мышцы тела никак не влияют на «ступор»!!!! Спазм мышц горла(губ, подбородка и проч. при генерализованном на другие мышцы ступоре) – лишь отдаленное следствие, возникающей одновременности в мозге при приеме им информации из вне и выводе её во вне по средствам тела. Тело это как усилитель, работающий совершенно не зависимо от того, кто в него говорит(в данном случае говорящий – это «аудиальные» сигналы мозга). Поэтому, если учесть, что звуковая матрица полностью автоматизированный и бессознательный процесс, то становится ясно, что суть речевого ступора сводится только к непоследовательности в мозге «звуковых аналогов» визуальных образов памяти или вообще полном отсутствии таковых. О каких «звуковых аналогах» идет речь? Это очень просто. Вы видите кошку, в голове у вас звучит последовательность звуков «к-о-ш-к-а». Закройте глаза и вспомните кошку, «всплыл» визуальный аналог(образ) кошки, следом за ним зазвучал «звуковой аналог» - К-О-Ш-К-А, при этом визуальный образ кошки погас. В мозге Сознательно вы способны видеть, слышать, чувствовать, обонять и осязать тоже только последовательно. Полная аналогия с внешними органами чувств! На звуке А я вам это выше демонстрировал. Говорим мы только звуками, а вот мыслим в основном образами и звуками. Эту несостыковочку(неконгруентность приема и вывода информации в человеческом мозгом) очень важно Осознавать. И вот почему. Речевые мышцы приспособлены только под «аудиальные образы мозга», которые возникают последовательно с визуальными их аналогами. Но у большинства людей, а особенно у заик, наблюдается катастрофическая нехватка «аудиальных аналогов»(словарный запас очень невелик). Но главное то, что у заик всегда присутствует панический страх на некоторые «аудиальные» или «визуальные» раздражители(звуки, о словах с них начинающихся я уж молчу или «страшные» ситуации со «страшными» людьми). Страх бессознательно порождает путаницу и непоследовательность звуковых аналогов в мозге зайки, из за вечной неуместной попытки их заменять или избегать в самый неподходящий для этого момент – момент самой речи! Я уже показал выше, что мы не можем думать и говорить одновременно(кто не понял перечитайте заново и попробуйте на себе все, что там написано, кто не выполнил предложенное, а просто слепо принял на веру мои слова, тот разумеется ничего не понял). Так вот начав говорить, заика одновременно начинает панически думать(перед «сложным звуком» или «в сложной ситуации») – ступор возникает мгновенно!!! Мы можем либо думать, либо говорить. «Думать» - значит мысленно искать в памяти аудиальные образы, адекватно подходящие под визуальные образы. Говорить – значит последовательно и БЕССОЗНАТЕЛЬНО воспроизводить мышцам тела «аудиальные сигналы» из мозга. Например: Вспоминаем образ кошки, за тем про себя слышим набор звуков к-о-ш-к-а, на речевые мышцы Сознательно посылаем сигналы строго последовательно К-О-Ш-К-А. Мышцы бессознательно создают вибрацию(звук). Мы слышим её ушами. Так люди «делают речь» в подавляющей норме. Так их приучили с детства. Это нормальная речевая последовательность «слышу-говорю». У заик привычка «делать речь»

совершенно иная!!! У зайки, к примеру, сформирован(родителями, учителями, врачами или бессознательным стечением обстоятельств) страх на звук К. Тогда нормальная речевая последовательность «мысль-звук» нарушается параллельно активизирующимися неуместными мыслями(по поводу звука К), возникающими одновременно с нормальной речевой последовательностью. Эти мысли вклиниваются и налагаются на нормальную речевую схему «СЛЫШУ СОЗНАТЕЛЬНО (звуковые аналоги мозга) – ГОВОРЮ СОЗНАТЕЛЬНО выбранный звуковой аналог, бессознательно воспроизводимый речевыми мышцами», приводя к неминуемому ступору. Получается, что заика слышит одновременно звуковой аналог к-о-ш-к-а и слышит такое: «Я же заика, я не могу, сказать букву К, на букве К обязательно возникнет напряжение, сведет горло...» ну и в таком духе. СХЕМА СТУПОРА, описанная выше одна и та же во всех случаях заикания, меняются только неуместные паразитные мысли и являющиеся главной причиной ступора. И так как они могут возникать всегда, и в совершенно разных ситуациях обязательно зависят от ситуации, то и «видов заикания» такое же бесконечное множество, как и множество «неуместных» мыслей. Именно эти «паразитные мысли»(неуместные) мысли и есть суть ступора. Мысли невозможно вылечить, это продукт человеческого воображения!!! А воображение – продукт человеческого Сознания(кто внимательно читал, тот понял, кто нет – перечитайте первые главы книги). Сознание же - это Я, которое управляет всем в человеке, это его Воля, способная игнорировать всё, в том числе и любые мысли!!! Вот эта способность игнорировать и является единственным «лекарством» от страха перед ступором. Игнорирование паразитных мыслей, это не борьба со ступором. Это очень важно понять. Игнорировать не значит бороться или вообще совершать какое-либо усилие. Игнори.

Роман Снежко

Это конечно же не полная методика, а лишь вступительная ознакомительная прикладная теория к методике Романа Снежко, опубликованная им собственноручно в сети интернет в рекламных целях ещё в 2008 году. С тех пор методика сильно изменилась, появилось много дополнений и практики. С последней версией методики можно ознакомиться у него на практических занятиях.

Моё мнение по поводу методики Снежко можно услышать в этой статье:

<https://svobodarechi.com/stati/roman-shezhko/>