



Belovaro sistema buvo sukurta sujungus senovės slavų ir šiuolaikinių psichiatrijos protų, tokių kaip V. Bechterovas, A. Lurijus, L. Vigodskis, I. Sečenovas žinias.

Belovaro sistemos įkūrėjas yra Stanislavas Viktorovičius Žukovas. Jis yra Europos psichoterapijos asociacijos, Europos akademijos natūropatijos elito, Pasaulinės sociologų asociacijos narys. Tarptautinės sobriologijos akademijos profesorius V. Bechterovas savo darbuose įrodė, kad pagrindinėje stadijoje vidinis žmogaus konfliktas išskyla būtent grandinėje „judesys – mintis, mintis – judesys“.

Sistema **Belovar** nukreipta į žmogaus vidinio konflikto sprendimą per natūralų vientisą judesį.

Ši sistema – tai pratimų kompleksas, kuris skiriasi nuo kitų gydymo rūšių tuo, kad jame naudojamas raumenų ištempimo principas. Dėl jo ne tik išlavinamas mažiausių raumenų aparatas, bet ir sustiprinami sąnariai, gyslos, raiščiai, o svarbiausia – centrinė nervų sistema (CNS). CNS sustiprina savo ruožtu visą organizmą, todėl jis pajaunėja ir pasveiksta. Sistemą sudaro trys etapai.

Pirmasis etapas – terapinis

Pirmiausia – atliekant paprastus pratimus – vykdoma veiksmingiausia stuburo ir atraminio

judėjimo aparato susirgimų terapija. Praktika rodo, kad labai greitai pagydomi tarpslanksteliniai diskai, dingsta bet kokio laipsnio skoliozė, praeina išvaržos ir neuralgijos, o taip pat osteochondrozės, lėtiniai išnirimai, įvairiausių traumų pasekmės, sąnarių skausmai ir ligos. Tie, kurie atlieka šiuos pratimus, per 2 – 24 mėnesių laikotarpį pajunta žymų pagerėjimą.

Darbo patirtis rodo, kad žmonės reikiamo rezultato pasiekia net sirgdami šiomis sunkiomis ligomis:

1. astminiai pakitimai;
2. alergijos;
3. širdies ir kraujagyslių pakitimai;
4. visų rūšių narkotikų priklausomybė;
5. cukrinis diabetas;
6. psichinio vystymosi uždelsimas.

Diagnozės buvo nustatomos klinikinėmis sąlygomis su atitinkamais specialistais.

Atliekant natūralaus judesio pratimus sustiprinamos pagrindinės organizmo funkcijos. Natūralus judesys –

galingas fizinis veiksmas šalia natūralaus raumenų darbo. Natūralaus judesio principas normalizuoja centrinės nervų sistemos darbą, vidaus organų valdymą. Be to, lygiagrečiai veikia visas raumenų grupes.

Liga – tai vidaus organų valdymo praradimas. Kokybiškas centrinės nervų sistemos darbas panaikins bet kokias pasąmoninių funkcijų lygmens ligas.

Antrasis etapas – plastinis

Šiame etape įvairių rūšių pratimai sujungiami į vieningą natūralaus judesio sistemą. Atidirbami lengvi ir tikslūs perėjimai. Atliekantieji pratimus išmoksta nusibrėžti tikslą, o paskui tą tikslą pasiekti nepriklausomai nuo aplinkos. Šiame precizinio tikslo formavimo etape pasirinkus optimalų tikslo pasiekimo vektorių atliekantysis pratimus įgyja pasitikėjimą savo veiksmais ir poelgiais fiziniame, psichologiniame bei socialiniame plane. Tokie žmonės tampa susitelkę, ramūs, nuovokūs, pasitikintys savimi.

Antrojo etapo įsisavinimas užima nuo 2 iki 12 mėnesių.

Antrajame etape taip pat įvaldoma senovės slavų metodika ligas gydyti panaudojant įvairius masažus ir savimasažavimąsi. Labai veiksmingos masažų rūšys – pliaukštelėjimo, smūginis, motiniškas. Jų įvaldymas ir panaudojimas su savimi bei su aplinkiniais sumažina bendrą sergamumą.

Trečiasis etapas – kovinė forma

Slavų legendose nėra užuominų apie kovos meną. Vakarų istorikai nusprendė, kad Rusijoje nėra kovos menų. Sugebėjimas laisvai atsakyti į pašalinę agresiją bet kurioje tautoje pavirsta į šokį. Bet koks tautinis šokis – kovinė plastinio šokio forma. Jei prie plastikos pridėsime tikslų viso judamojo aparato darbo supratimą, tai išeis tobula kovinė judėjimo forma.

Galutinis sistemos *Belajar* etapas sudaro galimybę įsisąmoninti „Pakankamai bendros valdymo teorijos“.

Natūralaus vystymosi sistema *Belajar* praėjo klinikinius bandymus Sankt Peterburgo karinėje medicinos akademijoje ir sėkmingai vystosi jau 20 metų. Šios sistemos užsiėmimai vyksta daugelyje šalių.



Natalija Vasiljevna Erkelenz

(Vilnius, Lietuva)

Išsilavinimas: aukštasis, Uljanovo Politechnikos institutas

Kvalifikacinis išsilavinimas: daktaro Sinelnikovo Sveikatos ir Džiaugsmo Mokyklos kursas, meistro kl

Užsiiminėja „Belojaro“ sistema nuo 2005 metų

Yra seminarų ir praktinių S.V.Žukovo sistemos „Belojar“ užsiėmimų organizatorė Lietuvoje (Vilniuje) nuo 2011 – 2012 m.m.

Papildoma informacija leidyklos „Baltosios gulbės“ direktorė, seminarų organizatorė, „Daktaro Sinelnik

e-mail: sigulda50@mail.ru www.belyjelebedi.lt

Tel: +37067683360, Skype>349

Mieli bičiuliai!

BELOJARO sistemos praktiniai užsiėmimai vyksta:

Trakų g. 9, 2 aukštas, kab.213 (ten 231)

- trečiadienį 16.00 – 17.30,
- šeštadienį 10.00 – 11.30.

Laukiame Jūsų.

Būtina registracija:

tel.: 867683360;

Skype: sigulda349;

mail: sigulda50@mail.ru,

BELOJARO sistema

Parašė admin

Antradienis, 18 Sausis 2011 20:08 - Atnaujinta Pirmadienis, 26 Gruodis 2016 16:23

Apranga - sportinė. Užsiiminėjame basomis.

Pardavime yra visi S.Žukovo filmai.

Su pagarba -

Natalija Erkelenz

Pasiteirauti galima tel. 867683360