***Праноедение – что это?***

**Праноедение** – некий стиль жизни человека, согласно которому он отказывается от приема традиционных продуктов питания. Прану (жизненную энергию) такие люди черпают из окружающего мира (солнце, земля, воздух, космос) или из себя самого. Не стоит путать это понятие с голоданием, которое считается вынужденной и лечебной мерой. Цель голодания – потеря веса или борьба с определенным заболеванием. В то время, как праноедение – добровольный, осознанный и не навязанный кем-либо отказ от пищи, образ бытия.

Вообще, в последние годы, всевозможные [направления эзотерики](https://fudim.com.ua/ru/o-tsentre), вегетарианства, йоги, различных духовных практик стали настоящими веяниями моды. Они будоражат сознания людей, интригуют их, поскольку несут в себе ответы на самые потаенные вопросы о жизни и смерти, счастье и гармонии, духовном и личностном развитии. Однако наиболее жаркую полемику в определенных кругах подняло **солнцеедение** (по мнению компетентных людей, это одно и то же с праноедением). Что это? Возможна ли жизнь без привычной еды? Далее попробуем разобраться.

*В чем суть праноедения?*

Согласно древнеиндийскому учению, все живое окружает прана – это воплощение дыхания и жизни. Эта энергия повсюду: в космосе, на земле, в животных и нас самих. Каждое живое существо имеет способность копить в себе данную силу. Праноедение, как раз и подразумевает **питание праной**, ею единой. В западных странах существует аналогичное учение, имеющие многих последователей – бретарианство, действующее по тому же принципу.

Питание солнечной или другими энергиями стало очень популярным способом [духовного развития](https://fudim.com.ua/ru/) личности. Его почитатели уверены, что такой стиль жизни является завершающей фазой образа питания и жизни в целом. *Конечно,* [*отзывы о праноедении*](https://fudim.com.ua/ru/otzyvy/rukopisnye-otzyvy) *можно встретить самые разные, однако нельзя опровергать факты: многие люди успешно существуют и поддерживают жизнедеятельность даже без употребления воды! Научно подтверждены случаи (хоть и единичные), когда йоги Индии впитывали прану через чакры, а спустя время открывали в себе сиддхи (сверхвозможности).*

Как им это удается? Конечно, необходимо осуществить переход в такое состояние.

*Пути перехода к праноедению*

Обретение способности жить без физической пищи можно двумя путями. Прежде, чем решиться стать праноедом, важно изучить как можно больше данных об этой методике, а еще лучше обратиться в специальные [духовные центры](https://fudim.com.ua/ru/uslugi/pomoshch-bioenergetika) за помощью биоэнергетиков.

Все последователи пришли к солнцеедению по-разному: одни начали с вегетарианства, сыроедения, переходя к моноедению, малоедению, употреблению пищи раз в месяц, плавно начиная пить только воду. **Праноедение переход** подразумевает постепенный, для других же – лучше действовать кардинально.

*Важно не испытывать даже малейших опасений, что тело не сможет жить без еды. Как только создание привыкнет к этой мысли, тело больше не будет испытывать зависимость от количества и качества продуктов питания. Это можно сравнить с глубинным погружением в недра сознания, целью которого является* [*обретение гармонии*](https://fudim.com.ua/ru/obuchenie/shkola-tselitelstva) *питания, отказ от вредных привычек и пристрастий.*

Таким образом переход к праноедству может быть:

1. Естественным. Подразумевает постепенный отказ от нездоровой пищи (копчености, полуфабрикаты, жареное и т.д.) с плавным дальнейшим исключением всех продуктов животного происхождения. Медитация и обращения к внутренней энергии довершают переход.
2. Мгновенным. Часто праноедом становится человек, перенесший в жизни некое потрясение. Есть случаи, когда люди утром просыпались и понимали: нужно что-то менять. К числу таких особ относятся те, кто достиг определенных высот в области духовных практик. Организм сам начинает отторгать пищу, а некогда любимые деликатесы вызывают отвращение.

Конечно, процесс перехода не такой радужный, как может показаться на первый взгляд. Некоторые сталкиваются с большими сложностями. В основном бывает нелегко побороть сложившиеся годами стереотипы об устройстве нашего тела: нам с детства навязывают, что нужно хорошо питаться, чтобы хорошо и здорово жить. Так начинаются «ломки» и срывы на перекусы. Но если твердо уверены в силе своей воли, а поддержки от близких нет, можно начать с постижения [тайн народной медицины](https://fudim.com.ua/ru/informatsiya/biblioteka/stati/tajny-vostochnoj-meditsiny) в специальных учреждениях.

Аргументы «за» праноедение

Как ни пытались уличить праноедов в шарлатанстве (устраивали ток-шоу, наблюдали за ними, проводили пресс-конференции), ничего однозначного из этого не вышло. Действительно, у большинства наблюдалось ухудшение здоровья, но многие продолжали бодрствовать без еды. Так что в пользу употребления праны было озвучено несколько тезисов:

* истинный праноед убежден: в еде кроется источник всех недугов и зависимостей. Даже при здоровом питании люди болеют, а голодание помогает выздороветь. Физические продукты – такая же зависимость. Как и наркотики. Этим объясняются «ломки» при отказе от еды;
* никаких финансовых затрат на продукты и времени на их приготовление. Человек освобождается от таких приземленных зависимостей;
* пища переваривается с сильными энергетическими затратами. Отныне эта энергия направляется на познание самого себя, окружающего мира и обретение гармонии. Начинается бесконечный духовный рост, открываются новые таланты и начинается полный контроль над телом и разумом;
* солнцеедение возвращает «настройки организма» до младенческих. Тело полностью обновлено и очищено;
* у праноедов нет болезней, у них ясный ум, крепкий иммунитет и никаких сбоев;
* праноедение – это здоровая Земля. Без продуктов питания на нашей планете не будет столько мусора и отходов.

Опытные праноеды советуют только начинающим этот путь уединится. Оптимальным местом для этого может быть тихое место вдали от города или же определенный [центр](https://fudim.com.ua/ru/kontakty), практикующий подобные методики.

В заключение можно сказать: **что такое праноедение** – каждый решает лично. На каком этапе остановиться – каждому суждено дойти до определенного пункта. Принять решение питаться праной должен сам человек, более того – он должен полностью поверить, что это реально. С точки зрения пищи, желательно постепенно отказываться от групп продуктов. Со временем начать активно двигаться и практиковать медитации.

Постепенно энергетическое поле планеты Земля меняется, открываются ранее неизведанные возможности человеческого разума и физических возможностей. Свобода от рабства гастрономии становится все острее и актуальнее. Кто знает, возможно, за солнцеедением – наше светлое будущее?