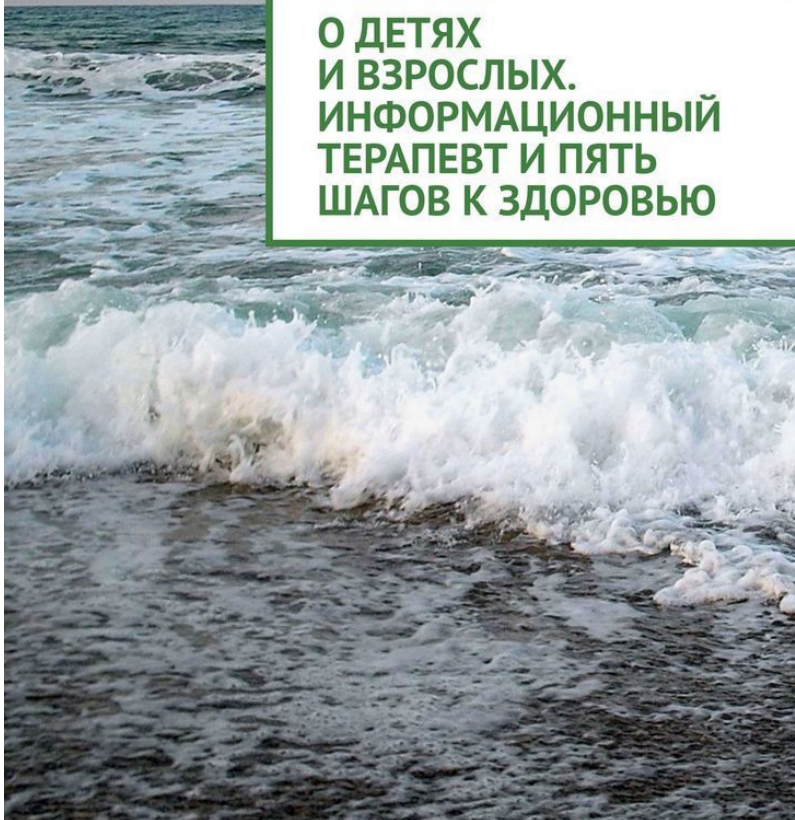


18+

ОЛЕГ ХУСНУТДИНОВ

**О ДЕТЯХ
И ВЗРОСЛЫХ.
ИНФОРМАЦИОННЫЙ
ТЕРАПЕВТ И ПЯТЬ
ШАГОВ К ЗДОРОВЬЮ**



Олег Хуснутдинов
О детях и взрослых.
Информационный терапевт
и Пять шагов к Здоровью

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48507097
ISBN 9785005058362

Аннотация

«Не является лекарственным средством. Требуется консультация специалиста». Новая книга для тебя, дорогой читатель. В небольших разделах мы поговорим с вами о детях и о том, как их вырастить добрыми и здоровыми. О взрослых, какие шаги нужны, чтобы тело всегда было здоровым и сильным. И мы поговорим о сути сознания, сознания тела и души, о том, что и как движет каждым человеком на земле. Эта книга может полностью изменить вашу жизнь, направив ее к радости и здоровью.

Содержание

о книге	5
Вступление	7
Слово о Детях	10
Несколько слов о детях и животных	17
О детях	17
О животных	20
Еще несколько слов о детях	24
Информационный терапевт или несколько слов о настоящем и будущем здоровья человека	26
Пять Шагов к здоровью	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30

**О детях и взрослых.
Информационный терапевт
и Пять шагов к Здоровью**

Олег Хуснутдинов

© Олег Хуснутдинов, 2024

ISBN 978-5-0050-5836-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

О КНИГЕ

«Не является лекарственным средством. Требуется консультация специалиста».

Дорогие читатели, дарю вам новую книгу. Она научно-популярная и научно —инновационная с элементами почти фантастическими, но абсолютно практическими советами. Она, как всякое Слово, требует вашей веры в себя в свое доброе, лучшее и всегда счастливое!

Сегодня, когда информационные волны захлестывают сознания, нужны волшебные, практические советы, как жить здоровыми и долго... В этой книге вы узнаете и о детях, и об информации и сознаниях человека, узнаете, как быть здоровыми и жить долго. Получите практические советы мирянам и странникам..

Книга немного волшебная. В небольших разделах мы поговорим с вами о детях и о том, как их вырастить добрыми и здоровыми. О взрослых, какие шаги нужны, чтобы тело всегда было здоровым и сильным. И мы поговорим о сути сознаний, сознания тела и души, о том, что и как движет каждым человеком на земле.

Эта книга может полностью изменить вашу жизнь, направив ее к радости и здоровью, подскажет как исцелиться от тех болезней, которые врачи считают неизлечимыми, поможет стать счастливыми в это стремительно ускоряющееся время

современности.

Вступление

Дорогие читатели!

Перед вами не совсем обычная книжечка. В своей книге Лирика Любви, я раскрывал вам Ключи Любви, самые главные формулы Бытия сущего. Мы учились раскрывать Любовь в себе, учились любить и быть любимыми, учились находить свое счастье и открывали формулы любви и счастья. Мы открывали самые важные ключи от депрессии и одиночества, открывали Мир Любви и настраивали все пространство читателя на Любовь и Радость. В книге Фантастические истории мы учились фантазировать. Из книги Проводник Любви, научно-инновационного рассказа Планетарного землянина – Планетарного трансформатора вы узнали о будущем Планеты Земля, человечестве, о борьбе с искусственным интеллектом. Также вы узнали об Исповеди Странника и Необъявленных войнах. Вы познали фантастический мир Любви и прикоснулись к этому самому прекрасному чувству. Вы немного узнали о себе и о сути Счастья. смогли впустить Счастье в свою жизнь. Ну и в детских сказках Страна фантазии и в Фантастических историях, мы учили детей фантазии, добру и радости, открывали им волшебство добра, и о том, как здорово почитать всем вместе книгу, отрываясь от гаджетов. И, конечно, мы погружались с вами в мир высокой духовной поэзии и размышлений, и в мир поэзии ли-

рики Жизни... Придет время и наш Проводник Любви познакомит вас со Сталкером Времени, эта история уже давно началась и вы откроете для себя и Червоточины Времени, и звездных крыс и космических пиратов...

Но сегодня о самом главном, о здоровье! Я дарю вам новую книгу. Она научно-популярная и научно —инновационная с элементами почти фантастическими. Она, как всякое Слово, требует вашей веры в себя в свое доброе, лучшее и всегда счастливое!

Она немного волшебная. В небольших разделах мы поговорим с вами о детях и о том, как их вырастить добрыми и здоровыми. О взрослых, какие шаги нужны, чтобы тело всегда было здоровым и сильным. И мы поговорим о сути сознаний, сознания тела и души, о том, что и как движет каждым человеком на земле.

Эта книга может полностью изменить вашу жизнь, направив ее к радости и здоровью, подскажет как исцелиться от тех болезней, которые врачи считают неизлечимыми, поможет в это стремительно ускоряющееся время современности.

Мы поговорим с вами о том как выжить, несмотря на то, что мир изменился технологически, когда бесконечный поток информации разрушает и убивает мозг похлеще всякой войны, сотни продуктов и их разнообразие в питании убивают микрофлору желудочно-кишечного тракта, постоянно нарушая биохимические процессы в нашем аккумуляторе, постоянные стрессы разрушают от перегрузки всю эн-

докринную и сердечно-сосудистую систему организма, выбивают «пробки» в биоэнергетическом теле, малоподвижный образ жизни приводит к дичайшему зашлаковыванию всех клеток тела, в результате, молодость после 18—22 заканчивается у тела...

Конечно, я научу вас, как быть здоровыми и не болеть и в глубокой старости, когда вам за 18+++...

Эта книга бесконечно полезна всем, особенно молодым или будущим мамам и папам, бабушкам и дедушкам, молодежи и подросткам, каждый что-то новое может открыть в ней для себя.

Это и популярное пособие для педагогов и психологов, начинающих врачей и программистов, всех, кто пользуется информацией в этом мире...

Дорогие читатели, сразу обратите внимание на то, что при чтении книги: «БАД не является лекарственным средством» и прежде, чем приступать к изменению своих режимов, приему пищи, гимнастике, нужно учесть, что «Возможны противопоказания, требуется консультация специалиста». Настоятельно рекомендую ко всему относиться очень осторожно, постоянно наблюдая за своим организмом и ведя ежедневный дневник состояния тела и его показателей, частоты сердечного пульса, давления... Об этом в книге.

Всем здоровья , мира и радости!

Слово о Детях

Читать всем мамочкам и папочкам.



«Вначале было Слово и Слово было у Бога. Все чрез Него начало быть, что начало быть»

Странники, уже много писал вам о Слове, об Источке и Творце всего Сущего.

Почему это так необходимо знать и об этом задумывать-

ся?

Сегодня о Слове и детях!

Слово – это ключ все открывающий и закрывающий, это генератор мысли, триггер, запускающий любые процессы во Вселенных, это основа любой проявленной материи и жизни...

Благодаря Слову в нас рождаются мысли, мы Им движемся и существуем, благодаря Слову меняются ДНК, гены, мы либо прославляемся и живем вечно, повторяясь из поколения в поколения в детях своих, либо проклинаясь и заканчиваем род на третьем, четвертом колене уродцев и генетически больных млекопитающих.

К человеку одновременно из пространства поступают 16 мыслей, более 60 тысяч в день, и только единицы проявляются в слове. Мы так генетически устроены, что если ребенок от рождения всего полгода проживет в волчьей стае, он затем всю свою жизнь не сможет научиться говорить. И тому есть конкретные примеры в истории человечества.

Очень важно слово для ребенка! Чтобы ребенок не остался животным от рождения, он должен постоянно слушать слово, человеческую речь, слушать от зачатия и формирования плода до 7 лет... Именно до 7 лет формируется интеллект ребенка, логика мышления, создается основной запас слов – базовая матрица, формирующая условные рефлексy, которые потом движут человеком всю его проявленную жизнь на планете Земля.

Чему вы его научите, что он услышит из окружающего его мира, таким и станет ваш ребенок, такой и будет его дальнейшая жизнь. Вы часто обманываетесь, заменяя свое живое общение с ребенком мультиками и гаджетами... Не обольщайтесь, в старости вы останетесь одни, ваш ребенок уже не ваш! Он мыслит только образами, навязанными ему словом из прибора – гаджета или телевизора, или детей из детского сада, или улицы... Он никогда не научится думать самостоятельно, его учили думать гаджеты стереотипами мышлений героев мультиков, его учила, навязанная человечеству, виртуальная матрица...

Именно услышанными словами формируется мир ребенка, создается его будущее, его мировосприятие и мировоззрение. Поэтому в дворянских семьях, почти с рождения, детей обучали Слову, обучали разным языкам, поведению и этике человеческого общения.

Вы будете говорить ребенку много хороших и прекрасных, но абсолютно не заслуженных, слов о нем самом, взращивая эгоиста – типа «я – самый, самый!», но детский сад или улица внесут свои коррективы, которые будут совершенно неожиданными и часто ломающими будущее ребенка.

Следите за миром ребенка! Не только за своим миром, миром семьи, в котором вы проращиваете дух вашего ребенка, но за миром, который формирует внутренний мир ребенка, его мышление... Вся окружающая среда вносит свои коррективы и важно вовремя поправлять их, поддерживать

с миром ребенка устойчивую обратную связь.

Ваш крик на ребенка не изменит его мышление, только выработает в нем рефлекс, что нечто из слов в его мире не должно выходить наружу при вас, выйдет в другом месте без вас... С ребенком нужно постоянное общение словами, вы не должны за него думать или навязывать свое мнение, вы не должны предлагать своих готовых решений ему, мозг человека – самый ленивый при принятии решений, ребенок сам должен найти решение, сам построить свою логику рассуждений, вот в этом ему и нужно помочь. Вы должны показывать ему, что при решении любых вопросов, задач, проблем, существует множество алгоритмов развязывания, но он должен предложить свой собственный! Он – человек планеты Земля, творец, ему дано слово, и он может! Просто ему нужно немного почитать, разобраться, немного напрячь мышление... Предлагайте самые простые задачи и рассматривайте несколько вариантов решения, предлагайте ему предложить несколько вариантов решения. Не предлагайте своих вариантов, вы и так уже достаточно мудры, что читаете это и занимаетесь своим будущим и будущим своих детей!

О внутреннем и внешних мирах!

Странники! Не ожидайте от детей своих большего, чем они сами могут вам предложить. Не ждите сочувствия или благодарности. Вы получите только то, что сами заложили в детей своих. Их сформировавшийся внутренний мир, те-

перь уже их словом создает мир внешний. Именно словами они себя связывают или развязывают, строят отношения с друзьями и наживают врагов, учатся жить и живут, проявляют себя во внешнем своем мире. Их внешний мир в корне отличается от вашего. Не забывайте, что потоки информации, воспринимаемые мозгом из внешней среды, с каждым поколением возрастают в разы, и дети имеют абсолютно другое мировоззрение, навязанное внешней средой. Но главное, какие слова рождает их внутренний мир для строительства собственного внешнего. А это, как вы понимаете, и есть ваша либо заслуга, либо упущение...

Но, главное, вы должны научиться доверять своим детям. Если вы заложили в их фундамент души доброту и радость, то радостное и доброе прорастет в духе; если злое и жадное, не ожидайте добра и мира от них. Ваш плод только с вашего дерева, другим не станет. Тяжелее всего прививаются новые условности, но Слову все возможно. Задумывайтесь хоть иногда об этом.

Вы часто видите в мире, что, вроде мать носится со своим ребенком, а он весь такой для нее замечательный, уже давно сидит на ее шее, свесил ножки и погоняет маму... это – испорченный плод, очень много придется ему в жизни пострадать и многие от него пострадают... в нем нет слов заботы о близких, слов добра к людям, есть только «я» ... он – «самый-самый»...

К сожалению, странники, такие люди вырастают с ослеп-

ленным духом, кроме себя уже никого и ничего не замечающими, нет от них пользы ни им самим, ни тем, кто с ними свяжется словами, ни планете, ни Вселенным...

Очень важно, чтобы при строительстве своего внешнего мира, ребенок видел вас в нем необходимым кирпичиком. Ни базой, ни фундаментом, кирпичиком, очень нужным и всегда желанным, радостным. О котором нужно заботится, который нужно просто любить, но которому он ничего не должен. Этот кирпичик – вы – это такой добрый, не навязчивый советчик, в нужную минуту, помогающий словом, делом, с кем всегда можно поделиться печалью и радостью. К которому он всегда может обратиться и услышать слова поддержки или правильного порицания... Не забывайте, его внутренний мир сам взвесит все слова, услышанные из всех источников, его мозг сам выстроит алгоритм решения, его дух сам решит, как действовать. Но он с детства, получающий в ваших словах поддержку и помощь в построении внутренних алгоритмов, испытывает к вам доверие и радость. В этом проявление того, что называется любовью, проявление нежной внутренней и внешней благодарности.

Ваши слова от зачатия сформировали в ребенке правильную почву для взращивания и воспитания духа, сформировали добрую и нежную почву – душу, полную добрых, здоровых и радостных эмоций.

Главное, не забывайте, вы даны своему ребенку только для становления, вовремя отпускайте детей в реки самосто-

ятельной жизни. Ваши правильные слова, сказанные от зачатия до становления, будут им надежной опорой в жизни.

Не забывайте, доброе семя дает добрый плод. Каким словами судили детей своих, такими и вас осудят.

Берегите слово!

Предлагая свои сказки Страна фантазии на Амазоне, я знаю, что доброе слово и алгоритмы воспитания детей, заложенные в этих простых и незатейливых сказках для детей и о детях, позволяют воспитать добрых и нежных детей в этом трудном современном мире. Эти сказки – это ключи для воспитания детей здоровыми, любящими, полными добра и фантазии. Пользуйтесь!

Несколько слов о детях и животных

О детях



Странники, вы уже читали в моих заметках о детях для мамочек и папочек про формирование сознания ребенка в возрасте до семи лет.

Особое внимание нужно уделять словам, которые записываются в эту «чистую тетрадь» сознания ребенка и формируют в дальнейшем все поведение будущего человека. Вы же хотите, чтобы, когда состаритесь, ваши дети продолжали любить вас и проявляли к вам свою заботу...

Научите их правильно воспринимать окружающий мир. Первые страшные слова, которые они произносят – мой, мои, мое... Со стороны кажется, что ничего страшного, ребенок защищает свою игрушку, пищу, близких... На самом деле, именно с этими словами входят в сознание жадность и зависть, которые потом невидимо разрастаются и становятся доминантными в поведении человека. Именно так формируется дальнейшее безразличие к окружающему, ко всему, что не мое... И когда вы состаритесь, не ждите помощи от своих детей, у которых было в детстве только свое, которым этого было мало, которым хотелось все и больше... Они вспомнят вам, что вы им не додали, зачем вам помогать в чем-то, когда рядом с ними есть – мое, а вы уже давно – не свое...

Учите детей с рождения делиться с ближними, быть чуткими и заботливыми. Не стесняйтесь говорить им о своих трудностях, иногда нужно и поплакаться детям, чтобы они

с детства понимали, что вам действительно трудно, что вы нуждаетесь в помощи, что вы можете быть очень сильными и смелыми, но, и иногда, и слабыми, и беззащитными, и нуждаетесь в их помощи. Приучайте детей помогать вам во всем, от работы по дому, приготовлению пищи, заботы о близких до основной вашей работы. Это, с одной стороны, привьет им определенные практические навыки, с другой стороны, разовьет в них чувство любви, благодарности, заботы и радости. Взрастит в их сознании любовь к ближнему. Взрастит чувствующую и светлую душу. Оградит в будущей жизни ребенка от очень многих проблем, страданий и болезней.

Именно возвращение в ребенке чувства доброты, заботы и любви сделает достойной и светлой его жизнь и вашу старость.

О животных



В былые времена хозяева собак держали на псарне... А кошки, эти древнеегипетские биороботы, жили и охотились вне человеческих поселений...

Ни одному пану, шляхтичу или столбовому не могло прийти в голову лизаться с животными, или держать их в своих домах, особенно, в спальнях...

И что сегодня? Как своим нашествием на семьи, однополое меньшинство пытается развратить и захватить сознания людей, так и разведением, по сути генным синтезированием, домашних животных, внедрением их в жилища людей, элементов зоофилии, пытается темное совратить мир...

Это бред, скажете вы!)

Простой пример для вас, дорогие странники.

Вы видели, как ваши домашние животные постоянно вылизывают свои гениталии? А потом заботливо лижут вам лицо и тело... Как многие из вас пускают своих любимых питомцев – собак и кошек в свою постель, на кухню, в столовую...

Они – не люди! Это – совершенно другой вид млекопитающих!

Да, общение с ними, как и с любым другим видом в природе, приносит человеку расслабление, настраивает на волну вселенской доброты, успокаивает психику. Частоты любого живого существа, настроенного на добро по отношению к вам, считываются вашим сознанием, резонируют и усиливают в вас состояние добра, внутреннего спокойствия, рас-

слабления и радости. Это все, что нас окружает, деревья, ветер, небо, животные, люди, абсолютно все, что излучает внутреннее добро и радость. Умейте настраиваться на их частоты, общаться, любить и радоваться. Все живое наделено душевным сознанием своих клеток, умейте воспринимать правильно.

Но общение, общению рознь. Когда мы говорим об общении, мы не подразумеваем общие спальни, туалеты, кухни и «целовашки».

Несколько научных фактов.

По данным отдельных ученых в ротовой полости человека живут от 600 до нескольких тысяч бактерий различных видов.

Микробиота кишечника состоит из более 100 000 миллиардов микроорганизмов, которые населяют наш кишечник. В толстом кишечнике может содержаться до десяти тысяч миллиардов бактерий, а это столько же, сколько клеток в вашем теле. Это означает, что ваша толстая кишка является одной из самых густонаселенных экосистем в мире!

Но у ваших животных также живут тысячи и миллиарды бактерий, но других видов... Видов, которые вызывают ослабление вашей иммунной системы из-за постоянной борьбы с ними... Это проявляется не сразу, спустя годы, иногда десятилетия... Думайте о своем здоровье, здоровье близких и, особенно, детей. От формирования их микробиоты в кишечнике в детстве, зависит состояние здоровья в зре-

лом возрасте... И, поверьте науке, это не только разнообразие в питании, а и в том, сколько раз ваш ребенок лизнул собачку или кошечку и наоборот.

Будьте Здоровыми!

Еще несколько слов о детях

После того, как только вы дали гаджет ребенку до 7 лет первый раз и оставили ребенка с ним, ваш ребенок перестает быть вашим.

Он превращается в маленького зомби виртуальной матрицы с ее законами, ненавистью, безразличием и пустотой...

Вы потеряли ребенка, как человеческую сущность и личность...

Он захватывается виртуальным миром и тот мир формирует его сознание...

Он постепенно утрачивает чувство любви, заложенное в нем от рождения, и он управляется только страхом...

Берегите детей, возвращайте в них людей, читайте им книги, рассказывайте сказки о добре и любви, учите их жить в мире и сами прививайте им человеческие установки и чувства...

Не позволяйте вашим детям стать однополыми сущностями виртуальной матрицы, навязываемых окружающим искусственным миром!

Объясняйте им от начала, что он – самый-самый-самый только для вас, все люди в мире одинаковые, только наделены разными дарами – талантами.

Учитесь открывать в ребенке, данный ему талант и не навязывайте ему своих идей...

Не забывайте, у него своя жизненная программа!

Учите радоваться, прощать и любить!

<https://www.amazon.com/-/e/B081VG22XF>

Информационный терапевт или несколько слов о настоящем и будущем здоровья человека



Если пятьдесят лет назад информация обновлялась каждые 20—30 лет, сегодня она обновляется каждые два-три года, в отдельных сферах, каждые два-три месяца. Человек все более становится зависимым от информационного потока, способности восприятия обновленных информационных потоков.

Чем больше общества и страны становятся информацион-

ными, тем больше будет одиноких и не очень людей, страдающих от переизбытка информации, от информационных стрессов и информационных болезней.

Уже сейчас наука знает, что стрессы, информационная перегрузка вызывают «выгорание» надпочечников, нарушение гормонального взаимодействия в организме человека, нарушение зрения, работы всех органов, в конечном итоге, болезни...

И это не только психическая зависимость от социальных сетей, компьютерных игр, смартфонов и любых других гаджетов.

Сегодня необходимо появление новых профессий, в частности, **профессия Информационного терапевта**. Врача, способного лечить от информационных перегрузок, раскрывать алгоритмы перегрузки, влияние информационных потоков на душу и тело человека.

Не буду останавливаться на механизмах воздействия информации на системы человеческого тела, в том числе, биоэнергетические, биоэлектрические, биохимические, программы матриц сознания, но несколько слов о возможности защиты человеческого сознания от информационных перегрузок в настоящем и будущем.

Одними из важных форм защиты от информационных перегрузок являются не только умеренные физические нагрузки на мышцы тела, но и регулярное чтение литературы, книг о любви, добре, радости с информационными составляющими.

ми частот любви и радости, со-настройка своих частот на частоты и вибрации радости и любви.

Поэтому, если хотите быть здоровыми сейчас и в будущем, дарите своему телу несколько мгновений для его освобождения от информационных перегрузок, в частности:

- умеренные физические нагрузки (до легкого пота, хотя бы по пол-часа три раза в неделю);

- регулярные чтения книг о любви и радости, сказок о добре, псалмы (со-настройка частот организма частотам оздоровления) хотя бы по пол-часа каждый день; именно в них есть информационные ключи, позволяющие держать в тонусе свои системы защиты от нервных потрясений и информационных перегрузок;

- регулярные прослушивания классической музыки (хотя бы по пол-часа два-три раза в неделю);

- питание должно быть организовано только с учетом суточного времени активной работы внутренних органов тела (это отдельная, важная тема).

Пять Шагов к здоровью



Странники, наши прадедушки и дедушки, прабабушки и бабушки прожили больше 80 лет, пережив Великую Отечественную войну. Они прошли через страдания и голод, благодаря одному замечательному средству – умению радоваться каждому дню, как началу новой жизни!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.