

18+

Александр Митричев

10 ШАГОВ К СЕБЕ



Александр Митричев

10 шагов к себе

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70897195

ISBN 9785006038165

Аннотация

Книга затрагивает 10 основных аспектов в жизнедеятельности человека, познав которые, можно значительно улучшить свою жизнь. Все аспекты связаны с формированием природных явлений и естественных процессов организма человека.

Содержание

ДЕСЯТЬ ШАГОВ К СЕБЕ	7
ШАГ I	13
Волна	13
ШАГ II	52
Диагностика	52
Конец ознакомительного фрагмента.	91

10 шагов к себе

Александр Митричев

Анна Николаевна Ушарук *Редактор*

© Александр Митричев, 2024

ISBN 978-5-0060-3816-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Александр Митричев

10 ШАГОВ К СЕБЕ



ДЕСЯТЬ ШАГОВ К СЕБЕ

Здрав будь, мой дорогой читатель!

Конечно же, тебе приходилось слышать фразу «вся жизнь – на поверхности». В действительности так и есть, вся жизнь лежит на поверхности в прямом и переносном смысле. Прочитав книгу, ты осознаешь это.

Человек склонен фантазировать и жить иллюзиями. Однако те небылицы, которые мы сами себе придумываем, часто оказываются несбыточными или вовсе навязанными внешними обстоятельствами, которые мы приняли за нашу истину.

Все попытки достичь иллюзии приводят к разочарованию и боли, и мы испытываем её каждый раз, делая себе только хуже. Создавая себе сложности, мы всё больше погружаемся в них, и вот уже не можем выбраться из той ямы, которую сами себе выкопали.

Сразу хочу сказать, что не принадлежу ни к каким религиозным общинам, не имею отношения к науке, не врач, хотя буду рекомендовать подходящие по смыслу оздоравливающие практики.

Этой книгой хочу дать тебе направление или указать дверь, но помни, что остаться на месте или войти в неё, решать только тебе! Я предлагаю пройти всего десять шагов к улучшению себя, к исконному своему состоянию, согла-

сись, это стоит того, чтобы изменить жизнь. Каждая глава – это один шаг.

Так вот, книга основана на такой области знаний, как психосоматика. Психосоматика – это наука, изучающая связь эмоциональных, психологических, социальных явлений с телесными патологиями, о возникновении недуга в теле и в организме человека под влиянием его мыслей.

Всё, о чём подумает человек, отпечатывается в его теле. Психосоматика позволяет выявить эмоции, понять, где они отображаются, и что следует делать, чтобы они приносили только пользу. Это и есть основа моих знаний, фундамент моей практики.

Я массажист, ещё работаю в области телесной психотерапии, и профессия даёт мне возможность на практике понять процесс проявления недугов на телесном уровне и найти способ оздоровления человека, поскольку соматическую и вегетативную систему разделять никак нельзя! Более того, давно доказано, что человек реагирует на определённые ситуации одинаково. Применяя эти знания в работе довольно длительное время, я передал немало своего опыта на личных сеансах и встречах, и пришло время распространить это знание намного дальше.

Моя система опирается на такие фундаментальные науки, как математика, физика, химия, биохимия, анатомия, психология. Своё отражение нашли и такие области знаний, как биоэнергетика, космоэнергетика, астрология, аст-

рономия, нумерология, мифология. Всю эту информацию я почерпнул из различных источников, систематизировал её и направил на здоровье человека, потому что залог успеха – это здоровье! Здоровье – это когда у человека всё здорово! А когда человек понимает, что всё здорово, то и его окружение становится таким же – здоровым.

Если внутреннее состояние человека соответствует семи составляющим: любовь, здоровье, счастье, благополучие, изобилие, процветание, успех, значит то же самое и будет отображено в окружающем его пространстве. Конечно же, внешнее окружение человека, то место, где он находится, также будет оказывать на него своё влияние. Но всегда необходимо начинать с себя и меняться изнутри.

Из этой книги ты узнаешь, как жить в существующей системе не борясь с ней, а в гармонии с собой и своим окружением, о том, как процветать и развиваться без всяких преград и негодований, без негатива и отрицательных состояний. Поймёшь, что, поменяв своё мировоззрение, можно изменить мир! И тогда совсем не придётся под него подстраиваться, а мир и пространство будет подстраиваться под тебя.

Книга расскажет и о том, как произошла подмена понятий в фундаментальных науках истории, какие изменения произошли в восприятии тех или иных моментов жизни, о хитросплетениях религиозных, бытовых, жизненных и политических взглядов различных эпох.

Мы с тобой вместе пройдемся по всем аспектам жизне-

деятельности бытового плана человека, и ты поймёшь, как, оказывается, всё просто и в организме человека, и в этом мире, что мир создан из подсказок и знаков, что хозяином в этой жизни являешься только ты сам. И вообще ты уже всё знаешь, и никто извне, никакие обстоятельства не могут повлиять на твоё решение, тем более на твою жизнь.

В книге я не только систематизировал знания, но и превратил их в чёткие инструменты. Как показывает жизнь, нам действительно легче работать, строить, что-то возделывать, когда у нас есть нужные вспомогательные инструменты.

На своих сеансах я всегда образно говорю так: «Если вы будете есть суп, я дам вам ложку». Многие начинают умничать, отвечая, что могут есть суп вилкой или пить его через край тарелки. Именно в этом как раз и проявляется свойство человека усложнять некоторые аспекты жизни там, где их можно было бы и не замечать, а двигаться к возвышенным целям, не отвлекаясь на подобные мелочи. Поэтому просто поверь, что так называемая ложка существует, и она сейчас находится в твоих руках.

Могу предположить, что информация, которую ты прочтёшь в этой книге, возможно, покажется тебе уже знакомой. Вероятно, захочется сказать, что всё это ты уже знаешь. Мне приходилось с этим сталкиваться и на моих сеансах, и на курсах. Могу дать только один совет для таких людей. Если ты встречаешь знакомую информацию, значит информация ещё раз дана тебе для того, чтобы ты её усво-

ил, точнее, услышал, усвоил и наконец-то начал применять в своей жизни для себя и своих окружающих. Но замечу, что информацию, которая даётся тебе извне, необходимо фильтровать.

Если что-то не находит в тебе отклика, то не применяй это, найди лучшие моменты, которые ты услышал, и применяй их. Если тебе понравилась вся информация, применяй её незамедлительно.

Используя все знания и инструменты, описанные в книге, дорогой мой читатель, ты улучшишь себя, своё состояние, улучшишь своё окружение. Я уверен, что книга будет действовать во благо для тебя, а значит это благо проявится и дальше – на всё наше человечество. Поверь, что вся информация и все инструменты, которые здесь собраны, действительно работают, они применяются каждый день мной лично тоже.

Начав применять «правила пространства», я был изумлён, что всё это реально работает. В моей жизни и в жизни людей, которые приходили на мои курсы, случались, не побоюсь этого слова, волшебные события! В этой книге как раз собраны живые истории о том, как это всё происходит, что испытывают люди, применяя полученные знания. Но скажу сразу: истории настолько похожи, и даже одинаковые, что любая из них – совпадение, и ничего более. Все тайны клиентов сохранены, истории могут быть приукрашены для придания литературного стиля. Если ты узнаешь в них себя, про-

сто примени подходящий инструмент.

Так вот, дорогой мой читатель, с уверенностью могу сказать: если смог я, если смогли другие, то сможешь и ты! Я желаю тебе успехов! Читай эту книгу внимательно! Самое главное – это наша вера. Если ты будешь верить в себя, то непременно всё получится.

ШАГ I

Волна

Всё в нашем мире есть вибрации и колебания. Обусловлены данные явления волной. А периодичность этих процессов в единицу времени – частотой. Первым это обозначение ввёл немецкий физик Генрих Герц. Единица измерения частоты названа его именем – герц (Гц). Звук речи, которую мы слышим либо произносим сами, создаётся колебательными движениями голосовых связок. Музыку или пение можно услышать за счёт колебания частиц в воздухе. Своё любимое радио мы также настраиваем на определённую частоту (канал).

По кону мироздания, именно кону, что переводится как в кругу (а закон – за кругом, или вышедший из круга, то есть за спиной). Подумайте над значением этих словосочетаний! Так вот, по кону, пространство не стоит на месте, а всё время пребывает в динамике. Движение, скорость, давление – это естественные процессы в природе. Испытывать такое в жизни – это норма. И наоборот, бездействие, несвойственное природе, приводит к деградации.

Наверняка вам уже приходилось слышать, что в жизни нет устойчивого состояния. Есть только развитие либо деградация. И поскольку последнее природе несвойственно, она бу-

дет стараться устранить подобное явление. Скажем, если человек остановился в своём развитии, то Вселенная ему подкидывает нечто такое, чтобы он наконец начал действовать, либо попросту вытесняет человека из жизни – так у человека появляются карма, что обозначает испытание, а не наказание.

Получается, что в природе существует развитие и как антипод данному явлению – деградация, а также прогресс и регресс, жизнь и смерть, хорошее и плохое, положительное и отрицательное. То есть мир двойственен, что говорит как минимум о двух векторах решения любой задачи. Или можно сказать, что мир дуален. Но скоро он будет буквален. А сейчас человечество живёт в реальности. Альность – это жизнь в моменте, о чём говорят все гуру, практики и психологи. Реальность – это круговорот, повторяющиеся моменты. Например, реинкарнация – перевоплощение, возрождение и проживание заново. Так и сейчас, живя в реальности, мы как бы крутимся в колесе: дом – работа – дом и т. д. Так нам подменили понятие жизни.

В буквальном мире будет всё буквально: что скажет человек, то и произойдёт. Кстати, в стародавние времена такое было, и это отражено в сказаниях и былинах. Яркий пример мы можем наблюдать в сказке «Сивка-Бурка», когда Иванушка-дурачок произносит: «Встань предо мной, как лист перед травой!» – и конь появляется как бы из ниоткуда. Это уже происходит и сейчас: многое, что произносится, прояв-

ляется быстро, поэтому внимательно следите за тем, что вы говорите, и особенно за тем, что думаете!

Правилами природы обусловлено и влияние крупных объектов на менее крупные. Так, Солнце является центральным и внушительным по своим размерам объектом нашей Солнечной системы. Оно многократно превышает диаметр и массу окружающих его планет. Влияние Солнца на каждый из объектов Солнечной системы очевидно. Конечно же, во Вселенной существуют и более крупные объекты, но они настолько далеки, что не в силах оказать какое-либо воздействие на планеты нашей системы.

Итак, крупные объекты влияют на мелкие: Солнце оказывает влияние на тела Солнечной системы, планеты влияют на свои спутники, спутники планет – на организмы, обитающие на их поверхностях, а большие организмы – на более мелкие. Соответственно, и люди, населяющие Землю, подвержены влиянию со стороны больших объектов. Так и человек больших размеров влияет на небольшого, щуплого, хлипкого человека. Многие испытывают страх или неудобство перед большим человеком. Таков кон природы.

Ещё одно явление, которое мы рассмотрим в этой книге – все процессы в нашем мире направлены на расширение и размножение. Об этом позволяют говорить научные факты и гипотезы. В XX веке в естествознании появилась концепция расширяющейся Вселенной. Учёными был сделан однозначный вывод о том, что наша Вселенная постепенно рас-

ширяется. Наряду с этим существуют и гипотезы, что планета Земля также увеличивается в объёме, то есть расширяется. Более того, этот процесс затронет и Солнце, когда его запасы водорода начнут истощаться. Есть ещё одно доказательство расширения нашей планеты. Возможно, вы уже слышали, что когда-то вся суша на Земле была представлена единым материком. Со временем в результате движения земной коры материк распадался на континенты. .

Претерпевала изменения земная твердь, вместе с ней менялась и океаническая карта. Места разломов заполнялись водой, образуя новые океаны. К примеру, Атлантический океан появился намного позже остальных и является относительно молодым. Если мы сравним древние карты нашей планеты и посмотрим на логотип Организации Объединённых Наций, то увидим знакомую картинку плоской Земли. Как так вышло, что на гербе самой известной международной организации – карта плоской Земли? И хотя официальная наука признаёт исключительно шарообразную модель, однако существуют сторонники теории плоской Земли, и их не так уж мало. На самом деле хотелось бы развеять все сомнения по этому поводу. Земля является шаром. Эти знания я получил, выходя в регрессивный гипноз и участвуя в ченнелинге. Тогда мне чётко было показано, что планеты имеют форму шара. О расширении планеты также свидетельствует тот факт, что много тысяч лет назад радиус Земли был меньше, чем сегодня, и эта цифра ежегодно продолжает расти.

Что же касается человека и всех живых существ, то расширение в данном случае проявляется в стремлении к размножению, приумножению через рождение своих детей, и этот инстинкт, заложен в нас самой природой.

До этого мы рассматривали макромир и действие конов мироздания на планетарном уровне. Если мы посмотрим на уровне микромира – заглянем внутрь клетки человека, то увидим, что клетка также размножается. И вот здесь можно говорить о первой подмене понятий. Из курса биологии мы знаем, что клетка делится. Но на самом деле клетка множится, причём в геометрической прогрессии. Если природа говорит о том, что мы размножаемся, расширяемся и множимся, то смело можно утверждать, что клетка как раз именно множится. И понятие «деление клетки» в данном случае будет не совсем уместно.

Итак, кратко сформулируем основные коны мироздания. Всё в нашем мире есть колебание. Колебаться – естественный процесс, просто нельзя его затягивать, необходимо действовать. Здесь надо внести ясность: колебания и вибрации – это не одно и то же, а как раз противоположности. Вибрации – это колебания на низкой, отрицательной, частоте, и потому выражение «положительные вибрации» само по себе становится абсурдным. Но говорить «поднять вибрации» можно, так как это процесс повышения колебаний. Вселенная и пространство стремятся к расширению, к приумножению. Существуют как положительные явления, так и отри-

цательные, и у каждого явления есть свой антипод, но это нераздельные явления, одно целое единого организма.

Наша планета оказывает непосредственное влияние на нас. Эволюция на Земле происходила длительное время; менялся климат, планета повышала свои вибрации, и те существа, которые когда-то жили здесь, вымирали, не выдерживая земных колебаний, потому что не соответствовали новым условиям. На смену им появлялись другие виды, так на планете менялась флора и фауна. Так будет происходить постоянно. Те, кто не соответствует колебаниям Земли, будут покидать планету.

Почему же при расширении Земли повышается её вибрация? Чтобы ответить на этот вопрос, можно привести очень простой и наглядный пример. Допустим, два человека стоят друг напротив друга на расстоянии одного метра и кидают мяч, при этом траектория полёта мяча будет небольшой, с лёгким изгибом. Если эти же люди встанут друг от друга на расстоянии, скажем, десяти метров и продолжат кидать мяч, то траектория движения мяча заметно изменится, изгиб (волна) станет больше. Если же расстояние между этими людьми увеличится до пятидесяти метров, то мяч, чтобы он долетел до другого человека, нужно не просто бросить вперёд, а направить ещё и вверх.

Так и происходит, когда наша планета расширяется: земные колебания расходятся подобным образом, напоминая параболу. Высокие колебания, высокие частоты представле-

ны именно в виде параболы.

Низкие же частоты, к сожалению, тоже присутствуют в нашем мире. Увидеть их можно на диаграмме землетрясений. Совсем не сложно заметить огромную разницу между этими частотами.

Далее попробуем разобрать и понять значение слова планета и слова земля. Слово планета состоит как бы из двух частей: план и это, то есть планета Земля – план этот – земля. Разберём слово земля, оно делится тоже на две части: зем, что означает твердь, и ля – в данном случае это нота. Если мы расшифруем все эти слова, то получится, что план у этой тверди стремиться к ноте ля. Отсюда можно сделать вывод о том, что планета будет постоянно развиваться и стремиться к повышению своих вибраций и к лучшей настройке себя.

Теперь заглянем в таблицу частот звучания музыкальных нот. И увидим, что первой нотой является ля субконтроктавы, её частота соответствует 27,5 Гц. Выходит, что наша Земля будет непрерывно стремиться к этой частоте. Почему ля? Устоями так сложилось, что весь инструмент настраивается под ноту ля, так инструмент показывает наилучшее своё звучание. Вот и наша твердь стремится звучать правильно!

Отмечу, забегаая вперёд, что 70-80-е годы XX века принято считать самым спокойным временем для жизни на Земле. Учёными доказано, что в этот период частота колебаний нашей планеты находилась на уровне 7,8 Гц. Такие колебания соответствуют повседневным делам, нашему быту: дом, ра-

бота, семья.

Повторюсь, наша планета влияет на нас, и при её колебании на этой частоте, так сказать, на уровне быта, людям, живущим на ней, комфортно заниматься текущими делами. Для человека эти годы были наиболее благоприятными и спокойными, а в истории эти два с небольшим десятилетия были названы периодом застоя. Но затем, к 90-ым годам, вибрации Земли резко начали расти. Былая безмятежность сменилась тревогой и волнениями, настали беспокойные времена.

В этот же период, если вы помните, появилось немало людей с необычными способностями – так называемые предсказатели и ясновидящие. Среди них были, конечно же, и шарлатаны, которые пытались обогатиться таким образом. Но случались и реальные феномены. Это связано с тем, что рост земных вибраций оказывает влияние и на людей.

Согласно правилам природы, развиваться, повышать свои вибрации естественно для человека. А повышая свою внутреннюю частоту, возвращая себя, он обретает таланты и раскрывает способности, что будет происходить и далее, и очень быстро, поэтому не удивляйтесь, когда ваш близкий вдруг начнёт вести себя «странно», главное – без вреда для окружающих.

Ранее человеку уже была доступна способность к телепортации. Косвенно это подтверждается в мифологии, в былинах и сказаниях. Народные предания, дошедшие до наших

времен, являются свидетельством жизни людей прошлого, а не просто чьей-то фантазией. Излучая высокие колебания, человек прошлого обладал телекинезом. Всем известны египетские пирамиды – чудо света, которое сохранилось до наших дней. Учёные до сих пор расходятся во мнениях и в теориях о том, как именно создавались пирамиды. Существует множество гипотез: использование спиральных рамп, ручная полировка камня, строительство водяных шахт и другие, однако хотелось бы отметить, что тяжёлые глыбы могли также подниматься и силой мысли, особенно, если это коллективная мысль, поскольку она в разы сильнее и может увеличиваться в геометрической прогрессии.

В русских народных сказках также можно найти подтверждение существования телекинеза в далёком прошлом. Например, в сказке «Царевна-лягушка» есть момент, когда Василиса Премудрая «махнула левой рукой – сделалось озеро, махнула правой – и поплыли по воде белые лебеди».

Ещё одной способностью человека, которому присущи высокие колебания, является телепатия. Подтверждение этому мы можем найти в библейском предании о строительстве Вавилонской башни. По легенде, все люди имели один общий язык, позволявший им совместно строить сооружение, которое доставало бы до неба. Думается, что в те времена, так же как и сейчас, существовали разные земли и разные народности. Если мы отойдём от легенды и обратимся к реальности, то увидим, что в нашем мире люди даже в разных

городах, областях и регионах могут не понимать друг друга, так как у них возможен свой диалект, своё исторически сложившееся обозначение некоторых предметов, а иногда даже совсем другой язык, присущий конкретной национальности.

Итак, по преданию, на земле был один язык. Но это, скажем, преувеличение. Очень вероятно, что было и множество диалектов, как и сейчас в любом языке. По всей видимости, люди обладали телепатией, и эта способность позволяла им общаться, передавая мысль на понятном друг другу языке, а точнее, канале. Информация передавалась на определённой частоте, и люди понимали друг друга. Так и строители пирамид с нижних и верхних этажей могли без труда передавать информацию и обмениваться ею между собой.

Далее, по легенде, язык людей был смешан, чтобы они перестали понимать друг друга. Здесь мы можем предположить, что у людей попросту отключили функцию телепатии. Отключение такой функции произошло за счёт внедрения отрицательного воздействия на человека: смуты, страха, войн и подобных неприятностей (что как инструмент используется до сих пор – сначала отвлечение, а потом изменение). Человек перестал обладать такой способностью, и в конечном итоге башня не была достроена.

В наше время люди немного сохранили эту способность, и в некоторые моменты она проявляется. Например, человек хочет позвонить кому-либо, а тот сам уже звонит ему по телефону. Знакомо такое? Так вот, это не вы о человеке подумали.

мали, а он, уже набирая вам, думал о вас, вы лишь считали эту информацию из пространства. Или вы подумали о человеке — и он появился перед вами, а всё потому, что он вас уже заметил и думал о вас. Ещё пример: вы подумали, а собеседник уже произнёс это. Было такое? Так вот, это происходит тогда, когда вы резонируете на одной волне, у вас симпатия, чувства или общий интерес. Вот так высокие колебания позволяют человеку совершать казалось бы невероятное!

Современный мир также не лишён подобного рода «чудес»: ясновидение, левитация, целительство и прочее. Подобные способности проявляются у людей, занимающихся саморазвитием и внутренним ростом, хотя на самом деле это состояние, в принципе, является естественным для каждого человека.

Итак, раз в природе существует такая волна, которая повторяется с определённой цикличностью, а мы все являемся неотъемлемой частью природы, значит и в нашем мире также есть определённые циклы, а потому наша жизнь состоит из череды повторений, а значит и есть процесс обнуления, так называемая отправная точка, которая характеризовалась во все времена как катаклизм. Но это всего лишь переход в новое. Поэтому жизнь в этом мире не совсем циклична — больше спиральная, снова направленная потоком вверх. Как ни крути, человечество всегда будет расти вверх и вширь, словно смерч или вихревой поток.

Но иногда виток спирали настолько близок к предыдуще-

му, что кажется прохождением того же самого – так называемое колесо сансары, или день сурка. Отсюда напрашивается вывод: всё, что придумал человек, уже было придумано до него. Просто эта информация определённым образом была до него доведена. В подтверждение этого мы можем обратиться к народным сказкам, где чётко описываются события, которые нашли своё отражение и в наши дни. Например, ступа Бабы-яги – отражение современных летательных аппаратов. А говорящее зеркало – современный способ общения друг с другом при помощи смартфонов и планшетов. В некоторых современных произведениях телефоны даже называют чёрным зеркалом. Чем не аналогия с говорящим зеркалом из сказки, которое рассказывает правду?

Вспомните наливное яблочко, катящееся по блюдецку и открывающее глазу далёкие страны и разные диковины. Аналогия здесь очевидна, ибо современный человек большую часть своего времени проводит как раз за таким вот «блюдецком». Надкусанное же яблоко из сказки отсылает нас к символу определённого бренда. Все эти примеры говорят о том, что информация выдаётся порционно по определённому каналу. А человек, который настроен на определённую частоту, на определённый канал, как раз и получает эту информацию, испытывая при этом чувство озарения.

Возможно, с вами случалось такое: вы придумали нечто совершенно уникальное, а на деле получалось так, что буквально на днях подобное открытие уже было совершено и да-

же запатентовано.

Так, принято считать, что радио изобрёл русский учёный Александр Попов. Однако в историю создания радио также вошло имя итальянского изобретателя Гульельмо Маркони. Он подал заявку на патент спустя некоторое время после первой радиопередачи Попова. Споры по поводу первенства изобретения продолжаются и по сей день.

Разные люди, находясь на огромном расстоянии друг от друга, в одно время совершают одно и то же открытие? Неужели это возможно? А дело в том, что тела обоих изобретателей (их приёмники) были настроены на определённую волну. И как раз в этот период по каналу спускалась информация, которую они оба смогли принять. Это своего рода ответ на интересующий вопрос. Чтобы его получить, надо настроиться на него. Отсюда и появилось слово настраивание. Нет настроения – вы не настроены или расстроены, то есть ваши настройки сбились.

А вот ещё одно историческое событие – открытие таблицы химических элементов Дмитрием Ивановичем Менделеевым. Во сне ему через теменную область пришла информация. Будучи настроенным на соответствующую волну, он смог принять эту информацию и воплотить её в жизнь.

Согласно вселенскому замыслу, человек приходит в этот мир с определённым багажом знаний, однако среда, в которой он растёт, религиозные взгляды семьи, быт и родительское воспитание адаптируют ребёнка под существующее

общество. К трём годам у него полностью перекрывается связь с пространством, а именно в пространстве находится вся информация. И он начинает забывать те знания, которыми обладал при рождении. Отсюда можем утверждать, что не бывает одарённых людей как таковых, хотя у кого-то способности могут быть более ярко выражены, чем у других. На это влияет генетическая предрасположенность, психическое здоровье родителей и прочие факторы. Но, по существу, изобретая что-то великое, человек не придумывает, а вспоминает утраченные знания. И такого человека нужно называть вспомнившим.

У каждого из нас есть шанс стать вспомнившим! Вспомните своё предназначение, свою миссию, и настройтесь на определённый канал. И тогда появится возможность сделать выдающиеся открытия в современном мире. А для этого, конечно же, нужно держать свои тело и разум в чистоте и на высокой частоте. Стараться не засорять себя: правильно питаться, правильно себя вести, и в результате вибрации тела будут подниматься как раз к тому самому высшему разуму, который назван Богом. На самом деле бог – это всего лишь статус человека, который был описан ещё славянскими ведами. Как и сейчас, в старые времена наши предки сокращали сочетание слов до аббревиатур. Они установили чёткую иерархию развития человека, зная и соблюдая её, имели определённую цель в жизни, к которой стремились все. При рождении дитя, а рождается именно дитя (ди – два, тя –

тебя; то есть дитя – это второй ты), он является ботом (б – без, от – ответственность). Так дитя развивается до школьного возраста, в этот период ответственность полностью лежит на родителях, то есть родивших тело. Когда дитя научилось читать и писать, его статус возрастает, теперь он уже люд.

Люд – человек с минимальными навыками для жизни, выполняющий поручения старших по статусу. Люду достаточно уметь складывать до ста

и читать надписи, ну и писать тексты да уметь ставить подписи. Это возраст подростков.

Когда же люд выбирал путь своего развития и начинал обучение по этому пути, к летам (отсюда у нас и летоисчисление) двадцати – двадцати пяти получали статус человека.

Человек – это душа в теле с осознанно выбранным путём развития (или деградации). Продолжая совершенствоваться в одном направлении и достигнув наивысших результатов в одном деле, человек становился асом. Статус аса сохранился в профессии лётчиков, ну и мы иногда слышим о человеке, что он ас, когда он вытворяет что-то запредельное для простого обывателя. А вот продолжая развиваться дальше, человек получает статус бога.

Бог (б – без, ог – ограничения). Такой человек способен менять физическую и химическую структуру элементов, воздействовать на тело и разум, менять атмосферу вокруг себя и многое другое. Такой пример мы можем наблюдать в Первой книге, и звали его Иисус Христос. Вот вам пример

развития человека от бота до бога. Согласитесь, есть смысл расти до такого состояния. Задумайтесь! Подумайте, почему нам со школы убрали слово человеки и заменили его на слово люди. Но сейчас о колебаниях.

Если посмотреть на таблицу частот, соответствующих нашим эмоциям, то несложно заметить, что эмоции находятся преимущественно в нижней части шкалы колебаний – это и есть вибрации. Они имеют сравнительно небольшие показатели, нежели высокие колебания, частота которых всё больше возрастает по мере движения вверх по шкале. Наивысшая частота соответствует безусловной любви.

К слову, по конам Вселенной, наша Земля, расширяясь, как раз и будет стремиться к этой частоте. То есть показатели колебаний Земли будут увеличиваться, поднимаясь всё выше и выше по шкале: 50 Гц, 100 Гц, 120 Гц, 150 Гц, 200 Гц и так далее. А безусловная любовь – как раз то самое, чему учит любая религия в нашем мире. Стремление человека к любви описано в книге, которую принято считать Первой книгой, – в Библии (в переводе с греческого – книга). Как и любая книга, она несёт в себе определённые знания, чтобы передать их сквозь века.

Почему именно эту книгу принято считать первой, и почему люди начали по ней жить? Можно предположить, что это первая книга, которая была найдена после какой-то катастрофы. Возможно, это был потоп. Со временем появилась редакция этой книги в различных, так скажем, направлени-

ях. Так и появились другие религии. Здесь всё довольно просто. А тот, кто нашёл эту книгу, начал использовать её исключительно себе во благо. Ведь тот, кто владеет информацией, владеет и миром. Зная секреты Творца, можно обходить вселенские коны, переводить их в законы и творить дела только во благо себе.

Итак, есть знание о том, что человек, излучающий высокие колебания, способен проявлять божественные способности. А что необходимо сделать, чтобы этого не допустить? Конечно же, принудительно погрузить человека в такие условия, чтобы у него не было возможности или желания заниматься саморазвитием, чтобы он опускался всё ниже в вибрации, что в конечном итоге приведёт его к деградации. А это, в принципе, сейчас и происходит. Дать человеку зрелища, чтобы он не думал – когда смотрим, мы не думаем. Дать хлеба, чтобы он забил желудок – когда сыты, мы не думаем. И внедрить искусственную радость в виде алкоголя, сигарет и наркотиков.

Людей, излучающих низкие частоты, можно назвать низкочастотными. Отсюда сокращённо – нечистые, или нечисть.

Думаю, теперь вы понимаете, у кого в руках наши законы и почему развитие человечества идёт не по пути прогресса, а тормозится.

Итак, информация поступает нам порционно, чтобы человечество не погибло, двигаясь по пути деградации. Почему человечество может быстро погибнуть? Повторюсь, стрем-

ление человека повышать свои колебания – естественный для него процесс, отвечающий конам Вселенной.

В развитии был момент, когда человек имел огромные способности и обладал безграничными ресурсами, к примеру, погибшая Атлантида. Больше подобного допускать нельзя.

Низкая частота – это отрицательная энергия, которая также присуща нашему миру и оказывает на нас губительное воздействие. Когда мы оказываемся во власти эмоций, то сопротивляемся этому, а любое сопротивление ведёт к заболеванию. Вот отсюда люди и начинают болеть. Равносильно этому толкать стену день напролёт, не делая ничего, кроме этого. Мы ещё неоднократно вернёмся к этой теме.

Опять же, согласно кону Вселенной, у человека всегда есть право выбора. И это знание также можно использовать против него. В современной психологии существует техника, которая называется выбор без выбора – когда человеку предлагается (или навязывается) несколько готовых вариантов, сбивающих с толку и отвлекающих его от собственного выбора. Так произошло с Крещением Руси. Испокон веков на Руси существовала вера в природу. Когда возник вопрос принятия религии, народ крестили без права на выбор. Никто не спросил у этих людей, чего же они сами хотят. Таким образом происходит обман и подмена понятий. Поэтому всегда фильтруйте получаемую информацию, прислушайтесь к себе, понимайте, что вам нравится, а что нет.

Обращайтесь внутрь себя, слушайте свою совесть. Ведь что такое совесть? Совесть – это совместная весть то, что голосом звучит в вашей голове. Именно ваша совесть и является вашим богом. Именно совесть хвалит вас за хорошие дела и грызёт за провинности. Прислушивайтесь и к телу. Тело никогда не соvrёт! Непроста говорят, что бог – он внутри. Когда человек молится и произносит определённые слова, он обращается именно внутрь себя. А молитва – это любое обращение к высшему сознанию. ,

Или, допустим, человек обращается: «Господь (в переводе – господин) мой!» Кто же для вас является вашим единственным господином? Конечно же, вы сами! Отсюда напрашивается вывод, что только вы являетесь творцом и своим же хозяином. Только вы вправе хвалить себя или ругать. И потому так актуальна фраза «надо начать с себя». Так оно в жизни всегда и происходит.

Все вы знаете, что человек создан по великому образу и подобию. Теорий создания или происхождения человека достаточно много, и все они разные: по одной из них, человека создал Всевышний (Архитектор) как высший разум, по другой – человек произошёл от обезьяны в процессе эволюции. Есть ещё варианты – что человека завезли на Землю инопланетяне, что люди переселились сюда с других планет. Все эти гипотезы имеют место быть, и мы не будем их опровергать, оставим эту работу другим. Моя же задача – донести до вас информацию о том, что человек – это великое созда-

ние, а организм человека – это великий механизм. И подчиняется этот механизм правилам природы, конам Вселенной. Если мы будем жить согласно этим конам, то мы будем жить достаточно долго. Ведь ресурсы человека рассчитаны на довольно длительный промежуток времени.

Проведу аналогию с автомобилем, на который производитель даёт гарантию пять лет. У человека же подобная гарантия будет приближаться к значению 100—150 лет. Попробуем расшифровать слово человек. Это будет выглядеть, как чело (лицо либо скафандр) и век. Другими словами, это лицо либо скафандр – на век, то есть на 100 лет. Даже учёными доказано, что предел внутренних ресурсов человека, своего рода гарантийный срок, лежит в пределах 100—150 лет, то есть ваш производитель (то есть родитель) дал гарантию на вас – более ста лет! Создал по своему подобию. Задумайтесь над этой фразой. Кто для вас Бог теперь?

Возвращаемся к аналогии с автомобилем. Если правильно ухаживать за автомобилем, то можно увеличить его срок службы с пяти лет до тридцати – сорока лет, что в разы больше срока, гарантированного производителем. То же и с человеком: если он будет следить и ухаживать за собой, то его жизнь может продлиться не одно столетие. Первая книга как раз содержит подтверждение того, что ранее человек жил долго – пятьсот, шестьсот и даже тысячу лет. Выходит, что всё это вполне возможно.

Так по каким же законам природы нужно жить? Являясь

частью природы и Вселенной, человек также пребывает в постоянном движении. А для движения нужна энергия. Когда мы говорим про электроэнергию, то сразу представляем себе провода, по которым движутся заряженные частицы. В теле человека происходят похожие процессы, только роль проводов на себя берёт центральная нервная система.

На моих сеансах слово энергия используется исключительно как медицинский термин. И мы понимаем, что энергия в теле человека живёт в центральной нервной системе, каналы центральной нервной системы – это и есть те самые провода, по которым движутся электрические импульсы, заставляя таким образом тело двигаться, а органы работать.

Итак, источником нашей энергии является центральная нервная система. Тело наполняется энергией, получая её из пространства: часть из самой земли, часть – из космоса. Энергия нашему организму необходима для жизнедеятельности, то есть для поддержания всех его внутренних процессов, и потому для него не имеет значения, какую энергию в себя принять – отрицательную или положительную. К сожалению, различить её способен только мозг. А потому эмоции колеблются на низких частотах, а вот высокие частоты вызывают чувства. Поэтому абсурдно словосочетание «положительные эмоции», это всё равно что чёрное называть белым. Когда одна моя клиентка узнала, что эмоции – это плохо, у неё встало всё на места, она долго не могла прийти в себя от услышанного, потому что всегда загадывала себе

мужчину, от которого будет испытывать эмоции, и ей всегда попадались тираны и подобные – что хотела, то и получала.

Кстати, в этом и различие между мужчинами и женщинами. Женщины живут эмоциями – отрицательным состоянием, а мужчины – чувствами, то есть – положительным. При этом одинаковая ситуация каждым человеком может восприниматься по-разному. Так, один человек воспримет её спокойно, без лишних переживаний, а другой начнет нервничать, порождая тем самым в себе только отрицательную энергию.

Возможно, вам уже приходилось слышать, что человек – это своего рода аккумулятор – подобно батарейке имеет отрицательный и положительный полюса, соответственно, мы можем говорить о присутствии этих двух энергий в теле человека. Кроме того, любая батарейка имеет свойство разряжаться, и ей необходима подзарядка. Это же характерно и для нашего организма. Только с одним отличием: положительное присуще и свойственно человеку, а отрицательное – наоборот, чужеродно. И хотя наше тело способно принимать обе эти энергии, наша задача – научиться управлять жизнью так, чтобы в нашем организме было намного больше положительной энергии.

Почему же энергии так естественны для человека? Ну, во-первых, потому, что зачатие человека происходит в положительных чувствах, в наслаждении, в любви. Момент вхождения сперматозоида в яйцеклетку сопровождается так назы-

ваемым атомным взрывом, который порождает волну. Эта волна как раз и соответствует высоким колебаниям, то есть параболе. А мы уже с вами знаем, что парабола имеет отношение к высоким частотам и соответствует положительным энергиям.

В некоторых источниках можно найти информацию о том, что на Руси при родах женщина испытывала оргазм. Это связано с тем, что процесс деторождения происходил в естественной для роженицы позе. А естественным положением для вывода из человека чего-либо является положение сидя, поэтому, когда происходит вывод плода из утробы матери, необходимо принять сидячее положение. Почему же в наши дни женщина, как правило, рождает лёжа, в неестественном для неё положении? Причина всё та же – с рождения заложить в новорождённого и процесс родов отрицательные энергии, эмоции. Передавая негативные эмоции через сарафанное радио, женщину изначально настраивают на страдания во время родов. Имея такой настрой, кроме страданий, она ничего не получает.

Но, так или иначе, считается, что человек уже при рождении упал в чан с положительными энергиями. Сразу вспоминается фильм «Астерикс и Обеликс». Если вы помните, в этой сказке говорится о том, что Обеликс при рождении упал в чан с зельем, что в результате дало ему невероятную физическую силу. Эта способность закрепилась за ним навсегда, в то время как другим персонажам приходилось каж-

дый раз выпивать это зелье, чтобы становиться сильными. Так и здесь, человек при зачатии и рождении как бы падает в чан с положительными энергиями. И ему, по сути, пополняться этими чувствами больше нет необходимости, так как это его естественное состояние.

Положительная энергия входит в тело человека, принимая участие во всех процессах его жизнедеятельности, и, отработав, выходит, при этом не оставляя в теле никаких следов. А это ещё раз подтверждает её естественную, природную принадлежность человеку.

А вот отрицательная энергия, эмоция – чужеродна для нас. Входя в наше тело и выходя при жизнедеятельности, отрицательная энергия как раз остаётся в нашем теле в виде осадка – как накипь в чайнике. Это ещё раз подтверждает, что отрицательная энергия чужда для нас и наносит большой вред. Физиологически это проявляется в виде спазмов, зажимов и разного рода болевых ощущений в нашем теле.

Даже на атомном уровне строения человека в центре атома находится протон, который положительно заряжен. В центре атома – положительное ядро! А вокруг протона крутятся равноудалённые друг от друга два электрона, которые отрицательно заряжены. То есть на один положительный атом приходится аж два отрицательных, что снова подтверждает положительную природу человека.

Находясь постоянно в движении, электроны имеют слабое поле, потому что движутся по орбите. Протон же вра-

щается сам по себе. Поэтому электроны легко сбить с орбиты, и тогда происходит смещение энергополя (ауры) человека, восстановление которого идёт через отрицательные события. Так человек притягивает беду. Сбить электроны просто – воздействуя электромагнитным полем от бытовых приборов, металла или отрицательным фоном самого человека. Достаточно ввести человека в стресс через плохие новости, катаклизмы или катастрофы или создать зависимость от каких-либо событий, привычек, организовать привязку.

Что же собой представляют положительные и отрицательные энергии? И почему они так по-разному воздействуют на нас? Агрегатное состояние положительной энергии представляет собой кисельное вещество. Вспомним из книг молочные реки, кисельные берега, символизирующие благополучие и неиссякаемое изобилие. Так и положительные энергии имеют схожее желейное, кисельное свойство. А потому в наше тело такая энергия вливается достаточно долго. Кроме того, быть наполненными положительной энергией – наше естественное состояние, поэтому для нас нет необходимости пополняться такой энергией мгновенно.

Постепенно, не спеша, наполнив наш организм целиком, положительная энергия начинает из нас вытекать столь же медленно. К примеру, люди, которые находятся в медитации, могут подолгу не есть и не пить, потому что они как раз наполнены этой энергией. И она постепенно из них выходит, хотя процессы жизнедеятельности происходят с той же са-

мой скоростью, то есть ничего в организме не меняется. Так, встречая своего человека, мы можем начать меньше есть и, наоборот, если у нас повышается аппетит, организм сигнализирует о стрессе, который мы заедаем, и это означает, что либо нам не подходит человек, либо ситуация; например, мы привыкли к одиночеству, а с этим человеком хотим соединить жизнь, вот и сопротивление!

Чтобы полностью наполнить тело человека положительной энергией, потребуется неделя (семь дней). Первая книга говорит и об этом: шесть дней совершались благие дела, а на седьмой наступил отдых и счастье. Книга нам раскрывает секрет: в течение недели творить благие дела. Какие именно благие дела? Самые обычные: покормите кошку, бездомную собаку, птиц или просто чем-то помогите тому, кто в этом нуждается. Творите благие дела, помогайте людям, будьте добры ко всему, и на седьмой день дано вам будет, вы почувствуете эйфорию.

Бывает, когда без видимых причин у вас резко вдруг повышается настроение. Это как раз свидетельствует о том, что положительная энергия, будучи медленной и тягучей, только-только дошла за совершённое в прошлом благое дело, и вы получили своего рода вознаграждение.

Агрегатное состояние отрицательной энергии, чужеродной для нас, можно представить в виде сквозняка или молнии – такая же мгновенная, быстрая, резкая и холодная. Поэтому и входит она в наше тело так же мгновенно и быстро.

Для того, чтобы целиком наполнить своё тело энергией этого вида, необходимо всего лишь десять минут, что несравненно быстрее наполнения положительной энергией. И в восстановлении энергии люди неосознанно пошли коротким путём.

В современном обществе с годами ритм жизни ускоряется. Мы все постоянно куда-то спешим, торопимся, пытаемся везде успеть. Есть теория, что само время ускорилося, и мы неосознанно ведём себя так же. Напряжённый темп жизни заставляет нас искать способы быстрого пополнения энергии – и человек неосознанно выбирает отрицательную энергию, не зная, что она принесёт с собой спазмы и зажимы, провоцируя патологии.

Возможно, вы уже слышали, что тело человека – это энергетический сосуд. Или можно представить его в виде чаши или кувшина. И этот «кувшин» всегда должен быть наполнен, а человек, соответственно, должен быть полноценным. Когда вы наполнены положительными энергиями – как наполненный до краёв вкусным киселём кувшин, то вам абсолютно ничего не грозит и не страшно никакое воздействие, в каких бы ситуациях вы ни оказались, с какими людьми ни приходилось общаться.

Под воздействием подразумевается перекладывание на человека чужой энергии. Психосоматика не предполагает существование такого явления, как вампиризм, поскольку невозможно забрать жизненную энергию у человека. По-

чему? Начнём с того, что положительная энергия – лёгкая по своему реальному весу. Приведу простой пример. Что вы чувствуете, когда влюблены, счастливы, воодушевлены или просто ощущаете хорошее настроение? Да вам летать хочется. И это говорит о том, что положительная энергия лёгкая и поднимает вас вверх.

Когда человек хочет напитать себя положительными энергиями, он с молитвой обращается вверх, к небесам, что ещё раз говорит о лёгкости и полётности таких энергий.

С отрицательной энергией ничего подобного вы не испытаете. Печаль, грусть, ненависть отягощают нас и тянут к земле. Когда происходят неприятности, не зря говорят, что опустились руки, а случись беда – «земля уходит из-под ног». Хочется упасть, будто нас нагрузили. Таково свойство отрицательной энергии, а пополняется она, как вы уже знаете, быстро. А вот агрегатное состояние такой энергии можно сравнить со свинцом, чугуном или бетоном.

Теперь представьте, что вы израсходовали свою энергию, ваш «кувшин» пуст, а человек, с которым вы общаетесь, испытывает сильный гнев или раздражение, то есть его «кувшин» переполнен негативной энергией, подобной вулканической лаве. Так вот, если включить кран с плохой водой и направить её в переполненный сосуд, что произойдёт? Конечно же, вода начнёт изливаться через край, затопляя всё вокруг. То же самое и здесь: отрицательная энергия станет передаваться вам, доставляя неприятные ощущения и остав-

ляя осадок.

Часто можно услышать, как после подобного общения со своими друзьями или родственниками люди испытывают тяжесть и недомогание. Это как раз связано с тем, что опустошённый человек вбирает в себя отрицательную энергию своего собеседника, у которого её с избытком. Другими словами, положительную энергию не забирают, питаюсь ею, как принято считать, скорее, наоборот, речь идёт о передаче отрицательной энергии. И потому можно поставить под сомнение существование сглаза и порчи.

Вывод напрашивается сам собой – чтобы защититься от негативного воздействия, необходимо стать полноценным. Если вы довольны, счастливы и радостны, если ваш «кувшин» всегда полон, то ничего плохого в него уже не войдёт, там просто не будет этому места. А значит вы всегда будете полны сил и энергии для движения вперёд.

Хочется добавить, что по такому же принципу необходимо искать и партнёра для себя. В других главах остановимся на теме отношений более подробно и разберёмся, почему следует искать полноценного человека, а не «половинку».

Мы выяснили, что отрицательная энергия чужда нашему организму, действие её краткосрочно, а вот наносимый вред весьма ощутим. Однако человек всё больше пользуется ею, несмотря на негативные последствия. В чём тут дело?

Ну, во-первых, поскольку эти эмоции для нас чужеродны, а запретный плод, как водится, сладок, то мы испытываем

к ним некий интерес. Во-вторых, люди поняли, что эта энергия пополняется быстро, и современный темп жизни делает её актуальной, как никогда. И мы готовы мириться с тем, что она навредит, потому что нам нужно быстро, здесь и сейчас. Кроме того, тем, кто управляет нашей планетой, эта энергия также достаточно близка. Здесь же хочется заметить, что сама раса человека (в неземном понимании) всегда стремится к миру и согласию. В природе человека нет понятий война, завоевание, нет агрессии – только дружба и мир. Я больше скажу, даже животные этой планеты не стремятся отвоевать территорию больше, чем необходимо для их комфортного пребывания, и могут мигрировать по определённым причинам, но почти всегда избегают коллективных агрессивных действий. Так и человек по своей природе. А вот «другие» могут иметь такую склонность. Достаточно вселить неземную сущность в активного, грамотного и волевого человека, наделённого ораторскими способностями, возвысить над толпой – и люди поддадутся влиянию, и пойдут на войну, хотя это не свойственно им.

Приведу такой пример, встречая на улице приятелей или знакомых, мы обычно спрашиваем: «Как дела?» И услышав положительный ответ, спокойно направляемся дальше – это естественно и нормально, когда у человека всё хорошо. А вот если ответ будет негативным: всё плохо, это вызовет определённый интерес, и вы приметесь расспрашивать подробности. Ведь это неестественно для человека, к тому же любо-

пытно.

Очень часто люди при встрече обмениваются между собой отрицательной информацией, не понимая, что, делясь ею, они множат и порождают друг у друга патологии.

Да и само словосочетание «делиться информацией» тоже искажено, так как делиться – это уменьшать, а по факту мы информацию множим. Поэтому делитесь только хорошими новостями.

Теперь давайте рассмотрим, каким образом в нашем теле откладывается негатив. Что происходит с нами, когда мы пугаемся? Наверняка вы ответите, что тело будет сжиматься. Сжимается, скукоживается, съёживается – это всё правильные ответы при описании одного и того же явления. Наше тело сжалось, потому что мы испытали стресс. Кроме того, оно приняло защитную позицию для того, чтобы мы смогли ударить, отскочить или убежать, проявив защитную реакцию. Поняв, что опасность миновала, мы успокаиваемся, и наше тело приходит в своё привычное состояние.

Важно понимать, что наше тело одинаково реагирует на опасную ситуацию – независимо от того, реальная она или вымышленная, мы испытываем стресс. Страх, ненависть, переживания, сомнения, печаль – всё это отрицательные энергии. Находясь в этом состоянии, мы наполняемся ими. Ещё раз повторюсь: для нашего организма не имеет значения, выдуманная это ситуация (воспоминания, фантазия) или реально существующая (угроза жизни, например). От подоб-

ных эмоций тело съедается. При сжатии мышцы влияют на скелет, скелет влияет на походку и на симметрию тела. Скелетный спазм самый опасный, потому что сложно исцеляется. Подобные искажения приводят к развитию ещё больших патологий, доставляя человеку серьёзные неприятности.

Кроме того, тело человека – это многочисленные протоки, образно говоря, сплошные шланги. Все процессы жизнедеятельности в нашем теле происходят по протокам. Есть крупные протоки – желудочно-кишечный тракт, есть менее крупные – кровеносная система, вены, капилляры, есть и микронные – это волосы.

А теперь представьте, что вы поливаете цветы водой из шланга, и вдруг понадобилось воду перекрыть. Вы пережимаете шланг, и вода прекращает течь, либо остаётся совсем тоненькая струйка. То же самое происходит и с человеком, когда он испытывает эмоцию.

Эмоция – это всегда стресс для нашего организма. Когда наши протоки перекрыты, то процессы жизнедеятельности в этом месте прекращаются в прямом смысле. Этот участок тела перестаёт снабжаться питательными веществами и со временем отмирает. А так как ресурсы человека рассчитаны на многие годы, то процесс этот происходит довольно долго. По современным меркам, 60—70 лет является нормой, но мы видим что фактически срок эксплуатации человеческих ресурсов сокращён как минимум в два раза. При-

чиной этому является длительное пребывание человека в состоянии стресса, отчего и пережимаются сосуды, а в результате у человека появляются патологии (в психосоматике такого понятия как заболевания либо болезни не существует), и эта банальная причина сокращает нам жизнь в два раза.

Патология – это отклонение от нормы, причём именно здоровой нормы человека. Поскольку мы говорим, что болезни не существует, значит не существует и диагнозов; забудьте о них, потому что диагноз – это точка в жизни человека. Допустим, у человека кашель, и врач ставит ему диагноз – бронхит. Время идёт, кашель не лечится. Почему не лечится? Потому что, смирившись со своим диагнозом, человек не меняет свой образ жизни, продолжает переживать, нервничать, страдать, курить. Его лёгкие находятся на низкочастотных вибрациях, и поэтому болезнь прогрессирует. Он снова посещает врача, и вот уже новый диагноз – астма. Смирившись, в бездействии, человек сокращает свою жизнь в несколько раз.

Поэтому психосоматика предлагает иной подход: если патология вошла в тело человека, то она может из него и выйти. И если она не порождена таблеткой, то нет смысла таблеткой её и лечить. Причём нужно понимать, что любая таблетка, любое лекарство не убирает первопричину патологии, а только снимает симптомы. И здесь нужно смотреть намного глубже.

Однажды у меня на приёме была клиентка, мудрая жен-

щина, она произнесла такую фразу: «Заболеем – идём к врачам, пролечившись, идём к Богу, а надо бы, наоборот: сначала – к Богу». И в этом огромный смысл, учитывая, что Бог – это человек без ограничений.

В этой книге я объясняю, почему развивается та или иная патология и что необходимо делать. Наверняка вы уже поняли: чтобы быть здоровым, необходимо всегда находиться на высоких колебаниях, поддерживать высокую частоту и чистоту своего разума и тела, жить чувствами.

Следите за своей речью, осторожно подбирайте слова, которые произносите. Например, замените слово проблема, которое несёт негативный смысл, на слово задача и создайте правильный настрой.

Как я уже говорил, взгляд на одну и ту же ситуацию у разных людей различен. Один человек воспримет её спокойно и запросто решит задачу, а другой начнёт переживать, придумывая себе страхи, вводя в эту задачку множество переменных и пытаясь решить это сложное уравнение, возведя в ранг проблемы. Почему именно уравнение? Потому что уравнение – это баланс природы. Всё во Вселенной уравнивается. Наверняка вы слышали фразу «свято место пусто не бывает». Пространство всегда заполнит пустоты: где освободилось, именно там и заполнится. Это и есть уравнение, то есть всегда пространство будет уравнивать ситуацию.

Любые наши мысли отображаются в нашем теле. Всё начинается с мысли и отображается в физике, отсюда фраза:

мысль материальна. В эзотерике тело человека состоит из четырёх тел: ментальное, астральное, эфирное и физическое тело. Так вот, ментальное тело – это и есть мысль. Астральное тело – это душа. Душевное состояние – это и есть состояние астрала. Это сновидения. Что снится человеку, такое у него душевное состояние, поэтому здоровый сон – сон без сновидений. Эфирное тело – это настроение. Как себя настроите с утра, то будете излучать весь день, до следующей ночной перезагрузки. Поэтому сон важен. Ну и физически будете проявлять все предыдущие тела, поэтому последняя инстанция ментала – это физика.

Эта иерархия передачи информации неизменна в жизни человека. Проявление мысли можно видеть на лице. По лицу человека можно легко определить, счастлив человек или в печали. Радость, любовь, удивление, гнев, злость, презрение легко читаются на лице. Но если такого рода проявления касаются нашего тела, то мы не обращаем на этот факт внимания, а зря! Потому что наше тело аналогично проявляет соответствующие эмоции. И рука, и нога тоже могут улыбаться и грустить, как и спина, и голова, и прочее в теле. Собственные мысли и слова оказывают непосредственное влияние на наш организм. Другими словами, патология – это проявление наших собственных мыслей, «неправильных» мыслей.

Человек является хозяином своей жизни. Он пилот своего корабля – тела, и всё, что происходит в его жизни, сделал

и допустил он сам. Соответственно, если он вошёл в определённую ситуацию и находится здесь, значит существует и выход. Но часто случается так, что человек идёт ложным путём либо плутает в собственных мыслях, ищет выход не там, попадая в лабиринт событий. И вот, когда он уже совсем сбился с пути, на помощь приходит специалист, который показывает ему вектор выхода из этой ситуации. Он направляет путника к двери, через которую тот вошёл. И только сам человек может решить, вернуться ли ему в первоначальное положительное состояние или остаться там, где он находится сейчас. К сожалению, такое тоже случается.

Идя ложным путём, человек жалуется и притворяется, что ищет выход, но на самом деле он просто не хочет выходить из своего лабиринта по тем или иным причинам. Возможно, он испытывает некую выгоду, находясь в таком положении. Болезнь – это всегда выгодно! Это его личное дело. Но могу с уверенностью сказать: если человек попал в такую ситуацию, выход есть всегда! И выход лежит как раз в понимании и принятии ключевых моментов, описанных в этой книге.

«...И появилось первое слово», – так гласит надпись из Первой книги, но на самом деле правильный перевод звучит «...И появился первый звук». А что такое звук? Звук – это те же колебания, то есть жизнь зародилась из волны и продолжает зарождаться в высоких колебаниях. Священным звуком до сих пор считается Не задавались вопросом, почему именно этот звук? Ответ прост и очевиден: этот звук

порождён каплей, упавшей в воду. Послушайте как-нибудь на досуге. Капля воды, капля раствора или чего-то ещё – не имеет значения – важно то, что генетика человека реагирует на этот звук, а этот звук исцеляет организм, то есть возвращает его к исконному состоянию, как будто мы там и зародились. Нас всегда тянет к воде – и когда грустно, и когда мы восхищаемся водопадами. Вода действительно нам нужна, но об этом я ещё расскажу, а сейчас я бы хотел затронуть тему звука или речи. **ом.**

Думаю, вы заметили, что я довольно часто делаю акцент на необходимости правильно говорить, правильно думать, подбирать правильные слова. Это неспроста, ведь наш мозг воспринимает все слова буквально, то есть по буквам. И если каждая буква имеет волну, которая порождает образ (вспомните, как вы обучались читать через образы, которые обозначают букву), то в слове или в словосочетании эти волны умножаются в геометрической прогрессии и несут огромную силу. Всем известно выражение «словом можно убить». Но словом можно и исцелить!

Только представьте себе, какую энергетическую нагрузку несут в себе буквы, слова и словосочетания. Вот почему молитва имеет силу, причём любую молитву можно придумать самому. Поэтому, когда мы произносим определённые слова, то порождаем определённые задачи в своём теле. Тело – это последняя инстанция наших мыслей и слов. Человек с чистой речью чист и помыслами. Просто представьте:

вы лежите на диване и захотели пить – на уровне мыли. Что происходит далее с вашим телом? Правильно, оно включается в процесс получения воды. И это всего лишь одна мысль. Запускается весь организм до получения воды и её выделения.

И так с каждой мыслью, которая возникает в вашей голове, с каждой! Поэтому внимательно относитесь к тому, о чём вы думаете, какую информацию перевариваете, что производите. Ваше тело всегда подскажет ответ на вопрос вашего общего состояния.

Важно! Хотите положительный результат своей просьбы – формируйте предложения в положительной форме. Так в диалоге вы задаёте тон в положительном ключе. Например, фраза «не мог ли ты мне подать...» по факту говорит, что оппонент не может подать. А вот «подай мне...» формирует положительную просьбу и положительное ответное действие. Актуальная перед уходом фраза «не болейте!» имеет отрицательный посыл, потому что частица **не** часто не воспринимается нашим мозгом. Поэтому важно нести положительный посыл: «Будьте здоровы!» Потренируйтесь немного и вскоре вы начнёте говорить правильно. **не**

Не передадите за проезд? – Передайте за проезд, пожалуйста.

Не подскажете, который час? – Подскажите, который час?

Не будет у вас купюры поменьше? – Найдёте купюру поменьше?

Не могли бы мне помочь? – Помогите мне, пожалуйста.

Не лезь туда! – Отойди оттуда!

Не спеши! – Иди медленнее!

Не упади! – Держись крепче!

Используйте правило с частицей тоже себе и окружающим во благо. **не**

Если известно, что частица в предложениях не слышится нашим мозгом, так почему заповеди, по которым должен жить человек, начинаются именно с этой частицы? **не**

Допустим, если вы хотите обозначить, что в вашей семье не всегда были деньги, то скажите «я не из богатой семьи», зачастую мы говорим «я из бедной семьи», где нашему мозгу фиксируется информация о бедности, а вот в первом случае мозг будем фокусироваться на богатстве. На распространённый вопрос «как дела?» часто слышишь в ответ: «Неплохо!» И это даёт понять, что человек всё же чем то озадачен.

Говорите, что у вас всё хорошо! Вообще, при встрече человек выкладывает всегда всё, чем он обеспокоен, даже когда говорит, что у него в этой сфере всё хорошо, то всего лишь этим пытается себя успокоить. Поэтому наблюдайте в первые минуты за тем, о чём собеседник рассказывает.

ШАГ II

Диагностика

Из первой главы мы узнали, что под воздействием стресса тело человека сжимается, и процессы жизнедеятельности на определённых участках тела прекращаются, так как при сжатии питательные вещества туда просто перестают поступать. Такое явление в теле человека не так уж сложно обнаружить, и у него имеется своё название – внешнее раздражение. Психологически внешнее раздражение – это укоренившаяся или недавно появившаяся, но до сих пор не разрешённая проблема человека.

Как выявить внешнее раздражение? Для этого надо провести ладонью по телу человека, и если на определённом участке рука остановится, это как раз и будет означать присутствие внешнего раздражения. На телесном уровне это проявляется из-за того, что стресс, а это эмоция, приводит к спазмированию мышц. Зажатая мышца, находясь в напряжении, начинает колебаться, создавая тем самым магнитное поле (в эзотерике подобное явление принято называть аурой). Чуть позже я ещё вернусь к этому и расскажу подробнее.

Итак, когда человек испытывает стресс, вокруг него создаётся определённое магнитное поле. Наверняка вам при-

ходилось слышать, что человек притягивает к себе то, чего боится. Так вот, психосоматика без каких-либо эзотерических учений подтверждает эту теорию. Напрягаясь, то есть имея напряжение в мышцах, человек действительно создаёт вокруг себя магнитное поле, таким образом, психоэмоциональное состояние напрямую влияет на его тело. А психополе человека влияет на его ближайшее окружение. Окружение может меняться с изменением поля человека, с изменением его общего состояния. Рядом с вами всегда будут люди, соответствующие вашим колебаниям.

Обычно внешнее раздражение ярко проявляется по задней поверхности нашего тела, на участке от крестца до шейно-воротниковой зоны. На своих сеансах я в первую очередь выявляю именно это. Если рука остановилась на каком-то из участков, можно утверждать, что у человека присутствует внешнее раздражение, а значит под ударом находятся не только мышцы на данном участке, но и все органы ниже ладони также напряжены и издают вибрацию. Здесь рука словно притягивается магнитом. Если же рука проскальзывает по телу легко, то внешнее раздражение у такого человека отсутствует, значит отрицательная волна от него не исходит.

На психоэмоциональное напряжение влияют так называемые источники раздражения. В какой именно части тела откладывается та или иная эмоция человека, может подсказать психосоматика. Для начала требуется выйти на источ-

ник раздражения, понять и отработать его по определённым правилам.

ключаем источник раздражения из поля видимости. Способ достаточно лёгкий, простой, и на интуитивном уровне человек чаще всего так и поступает. Например, нам не нравится человек – мы расходимся, разводимся с ним. Нам не нравится работа – мы увольняемся и уходим. Минус этого способа в его низкой эффективности. Ведь нет никаких гарантий, что в нашей жизни не появится подобный человек или, может быть, даже ещё хуже. Возможно, изменится только цвет волос, глаз, рост или другие параметры, но отношения с этим человеком будут оставаться на том же уровне.

Первое правило: и

То же самое будет происходить и с работой. Может получиться так, что новый начальник будет намного хуже и противнее предыдущего, а недружелюбный коллектив попросту не примет. Связано всё это с тем, что внутренняя работа над собой проделана не была, и мировоззрение осталось на прежнем уровне. И потому вести мы себя будем так же, как и прежде.

А здесь уже срабатывает ещё одно правило: Так получается один сценарий развития событий – в делах, отношениях, в принятии решений и подобном. *делая одно и то же, получишь один и тот же результат!*

. Это правило сложнее и требует от нас некоторой активности и концентрации, зато этот способ достаточно эффек-

тивный. Он заключается в том, чтобы поменять своё мировоззрение к источнику раздражения. Цель этой книги – провести вас именно по второму способу, чтобы вы могли решать глобальные задачи и справляться с различными обстоятельствами, которые, казалось бы, от нас не зависят. Хотя, как я уже говорил ранее, только человек является хозяином своей жизни. Всё, что случается с ним, и есть его проекция. Всё, что происходит с человеком, происходит только с ним!

Правило второе

Итак, получается, можно пойти по первому методу и убрать источник раздражения, отстраниться от него, либо сразу же перейти ко второму способу: обратившись к специалисту, вырасти в своих суждениях, постепенно изменить мировоззрение и наконец решить свою задачу. Я не исключая комбинированный способ решения задачи: сначала мы отстраняемся, чтобы не было помех для изменения мировосприятия, но потом обязательно меняем своё отношение. Только изменившись сами, мы можем изменить наше окружение: партнёра, работу, коллектив, финансовое положение и прочее.

Здесь необходимо понимать, что любая задача в жизни человека даётся ему для развития. Чем сильнее человек, тем сложнее задачи будет подкидывать ему Вселенная. Стоит ли говорить, что Вселенная (по-другому – Бог) любит нас, а потому преподносит нам именно то, что мы можем выдержать. И дано по силам каждому! Потому, сталкиваясь с трудностями

ми и сравнивая свою тяжёлую судьбу с жизнью других людей, участь которых кажется намного легче, следует понимать, что все эти напасти достались вам как человеку сильному, способному вынести эти жизненные тяготы. Другие люди просто не смогли бы выдержать подобных трудностей и, возможно, уже прекратили бы своё существование. Никогда не сравнивайте себя с другими.

Миссия сильного человека на этой планете такова, что ему даётся пройти большие испытания, потому что он их выдержит. По конам Вселенной, человек должен развиваться. Такие тренировки называются опытом и необходимы для развития. Отсутствие их привело бы к деградации, а этого природа допустить не может. Поэтому реализовываться сильному человеку необходимо через помощь массам, через собственные нагрузки (это и есть испытания) или через крупные проекты, как самостоятельные, так и групповые.

Чтобы понимать, на какие жизненные моменты стоит обратить внимание, я проведу краткую диагностику человеческого организма. Это внесёт ясность, почему в теле появляется дискомфорт, образуется та или иная дисфункция, что поможет в дальнейшем её отработать.

Надо понимать, что патологии в теле человека являются следствием его неправильного поведения. Что это означает? Это вовсе не говорит о том, что все люди плохие либо хорошие. Более того, все люди в этом мире хорошие: со своими задачами, со своей миссией. Дело в том, что зачастую чело-

век перенимает чужой опыт, идёт не своей дорогой. Самое основное, на чём следует остановить своё внимание, – это сопротивление внешним факторам.

Человеку необходимо принимать события, проживать их и идти дальше, то есть именно развиваться, а не противиться внешним проявлениям. Неправильное поведение – это и есть путь через сопротивление.

Если поступки другого человека не сходятся с вашими этическими взглядами и вызывают у вас осуждение, знайте, что это проблема не того человека, а именно ваша. Каким бы убогим ни казался вам другой человек, он поступает определённым образом потому, что так можно поступать. А если вас не устраивает собственная жизнь и окружение, значит в вас и коренится сама проблема.

Приведу простой пример. К специалисту приходит женщина и говорит: «У меня плохой муж, он пьёт». Здесь видно сразу, что проблему нужно искать в самой женщине, поскольку имеет место осуждение. Ведь она не должна решать за мужа, плохой он или хороший.

Вот ещё ситуация. Женщина обращается за помощью, потому что она не справляется со своими непослушными детьми. Здесь лучше спросить у самих детей, довольны ли они ситуацией. Как правило, в таких случаях «плохие» мужья и дети отвечают, что им комфортно и хорошо живётся. А тот человек, который обратился за помощью, обвиняет вокруг всех, кроме себя. Вот и получается, что он своим психо-

полем передаёт соответствующее настроение окружающим, создавая тем самым негативную реальность для себя самого.

Итак, при диагностике всего тела следует понимать, что любое болезненное ощущение спровоцировано неправильным поведением человека. Если мы будем даже сильно нажимать на какой-то из участков тела, боли быть не должно.

Когда я провожу сеансы висцерального массажа живота, то люди на первых сеансах сильно кричат от боли. На завершающих сеансах человек уже не будет испытывать никаких болей, даже если вставать ногами на его живот, так как за курс организм восстанавливается, и болевых ощущений уже нет нигде.

При осмотре пациента зажимы в его теле ощущаются физически и прощупываются пальцами. А значит можно взглянуть на таблицу недугов психосоматики, понять, какие ситуации вызвали спазм, и отработать их. Что значит «отработать ситуацию»? Следует понимать, что любое исцеление идёт через прощение. Прежде всего необходимо простить себя за свои мысли и поступки, а потом уже принять некую ситуацию либо человека. Другими словами, необходимо простить и принять, то есть прощение идёт также через принятие. И поверьте, тогда исцеление произойдёт незамедлительно.

Конечно же, при обращении к специалисту исцеление происходит в десятки раз быстрее, но если вы решите справиться самостоятельно, знайте, что патологии в теле челове-

ка возникают не за один день, это происходит с течением жизни и занимает длительное время. Если вы будете пытаться устранить их самостоятельно, то на восстановление потребуются годы и десятилетия. И все эти годы вам придётся жить в ладу с собой, пространством и Вселенной. Только тогда вы станете полностью гармоничным, полноценным и многогранным.

Проводить диагностику я всегда начинаю с иммунной системы человека. Её индикатором является крестец. В здоровом теле пальпация этой области болевых ощущений вызывать не должна, то есть при нажатии пальцами на этот участок человек должен ощущать лишь прикосновение. В этом случае можно говорить об отсутствии предболезненного состояния. Если боли в крестце нет, но пальцами можно нащупать «шарики», так называемые полипы, то это уже первая стадия предболезненного состояния. Если боль в крестце есть, а человек при пальпации этой области начинает кричать, это говорит о том, что иммунная система кричит вместе с человеком. Вероятнее всего, он уже болеет, но пока бессимптомно. Обязательно обратите внимание на эту область, чтобы определить состояние своей иммунной системы.

Приведу простой пример. При заболеваниях ОРЗ или ОРВИ, когда идут воспалительные процессы, у человека повышается температура тела. Обычно это сопровождается тянущей и ломящей болью в пояснице. Это как раз говорит о том, что работает иммунная система, что она справляет-

ся со своими функциями. У женщин в предменструальный период происходит похожая ситуация. Болевые ощущения в пояснице свидетельствуют о том, что иммунная система готовится к выводу ненужных веществ из организма.

отвечает за сексуальную активность человека, за сексуальные отношения. Если у женщины или мужчины отсутствует половая жизнь, то при пальпации в области крестца будет ощущаться напряжение. **Крестец**

отвечает за финансовую стабильность. Вообще, заболевания поясничного отдела принято относить к мужским заболеваниям. Исторически сложилось так, что мужчина – кормилец в доме, он должен зарабатывать и обеспечивать свою семью всем необходимым. Взвалив на себя это обязательство, мужчины вместе с деньгами зарабатывают себе и патологии в поясничной области. Стоит отметить, что в современном мире, где женщины зачастую примеряют на себя роль мужчин, мужские патологии начинают проявляться и у женщин. Так что, если заболела поясница, значит человек не справляется со своими финансовыми делами. В одной из следующих глав мы будем говорить о финансовой грамотности, чтобы устранить эту проблему у человека. **Поясница**

– это фильтр суждений. Когда мы кого-то сравниваем, осуждаем или сплетничаем, то получаем патологию этого органа. Сначала почки напрягаются, и сокращаются протоки. Почки – это наши насосы, они перекачивают жидкость в нашем организме. Жидкость в потустороннем мире или ми-

ре грёз – это информация. Негативная информация – грязная, она и засоряет протоки почек. Большое скопление солевой жидкости в маленьких протоках ведёт к образованию камней. Мочекаменная болезнь говорит о том, что человек в своей жизни много осуждает людей, сплетничает о них и так далее. **Почки**

Мне часто задают вопрос, когда я рассказываю про почки: «Кто меня осуждает?». И я каждый раз отвечаю так: «Я не знаю, кто вас осуждает, а вот вы осуждаете людей, это точно». Ведь ваше тело – это проявление только ваших мыслей, вашего психоэмоционального состояния.

Болезнь почек часто присуща руководителям, ведь они неосознанно осуждают своих подчинённых. Особенно это заметно у тех руководителей, которые поднялись из рабочего класса. Они сравнивают себя и свои успехи с работой своих подчинённых, осуждая их за нерасторопность и безынициативность. Поэтому очень важно уметь брать на себя ответственность за свою команду и стараться поменьше осуждать.

связан с ответственностью. Здесь мы будем говорить не об ответственности или безответственности человека, а о планах и идеях, которые мы сами перед собой ставим. Каждый человек формирует в своей голове некий список, как правило, бесконечный, и говорит себе, что он должен всё это выполнить. И вот этот огромный долговой список «кладётся в рюкзак и вешается сзади», спазмируя большие мышцы грудного отдела. **Грудной отдел позвоночника**

Следует напомнить, что наш мозг все слова воспринимает буквально. И если мы говорим о слове долг, то наш мозг разбивает это слово на два понятия. Первое – долго. А значит, процесс, который мы себе придумали, будет происходить долго. И второе – придётся заплатить за свои же вымыслы. Получается, вроде бы и нужно что-то сделать, а делать не хочется. Отсюда, например, супружеский долг. Процесс приятный, но долг отдавать не хочется. Возможно, это и было специально названо долгом, чтобы заложить в союз мужчины и женщины деструктивный смысл.

Или представим, что в раковине лежат чашка с блюдцем. Вымыть их – пара минут. Но когда мы говорим себе, что должны помыть посуду, мозг воспринимает информацию так, будто этот процесс очень долгий, а в результате за него ещё и придётся заплатить. Захочется ли мыть после этого посуду? Конечно же, нет. Поэтому меняйте своё мировоззрение, убирайте слово должен из своего лексикона.

У каждого человека есть семья, а чаще всего две: в первой мы рождаемся, а вторую создаём сами в течение жизни. А потому возникают определённые обязательства перед родителями, супругом, детьми: помогать, кормить, содержать, опекать, ухаживать и т. д. И здесь необходимо уметь отделять обязанность от долга.

Что касается себя самого, убираем слово должен, заменяя на «мне надо» или «я намерен». Если хочется купить себе платье, забудьте «я должна сходить в магазин», «я должна

купить себе платье», выразите своё желание фразами «мне надо сходить в магазин», «я хочу купить себе платье».

Мужчинам рекомендую «я хочу», заменить на «я могу». В данном случае восприятие информации нашим мозгом в корне меняется, и действие будет совершаться в разы быстрее. А в результате и дела из того самого списка перестанут висеть рюкзаком на вашей спине, на грудном отделе, и начнут скорее реализовываться.

тесно связана с нашими мечтами и грёзами, находится она выше грудного отдела. Всё, о чём мы мечтаем и фантазируем, откладывается в зоне лопаток. Это своего рода замок из песка, который мы возводим в своих грёзах, но жить в таком замке нельзя. Важный момент: лопатки – это наши крылья. Ответьте себе на вопрос: «Что меня окрыляет?» Первое, что приходит в голову, и есть то, чего вам не хватает в этом мире. Чаще всего в ответах на моих сеансах звучит, что это любовь, семья, самореализация, свобода и так далее. **Зона лопаток**

Так вот, у человека, которому свойственно много мечтать и исполнять свои мечты, лопатки будут находиться в приподнятом состоянии, подобно крыльям птицы, под них должны входить одна—две фаланги пальцев взрослого человека. Вы можете самостоятельно это проверить на себе. Неплохо, если помещается хотя бы ноготь. Если лопатки плотно прижаты к грудному отделу, то смело можно говорить о том, что мечты человека не сбылись и не сбываются в этом мире. Он

разочарован в этой жизни, а потому обижен на людей, на мир и на себя. Однако недовольный миром и собой человек не перестанет загадывать желания и фантазировать, но этим он только усугубит своё положение, а также положение лопаток и грудного отдела.

Мы ещё поговорим о том, как превратить наши мечты в реальность при помощи целей, чтобы наши фантазии наконец-то стали сбываться.

Обратите внимание, на детей, их лопатки заметно выступают. Для них всё ещё только начинается! Они не обременены провалами, им неведома горечь поражений, поэтому и держат крылья расправленными и, соответственно, чувствуют себя намного лучше.

В зоне лопаток у нас соединяется очень много мышц, остистых отростков и так далее. Мышцы под лопатками идут к грудной клетке. Если лопатки пережимают эти мышцы, то плечи подаются вперёд, грудная клетка проваливается, и шея опускается. Это называется синдром домохозяйки, причём относится это не только к женщинам, но и к мужчинам тоже.

Каждому из вас приходилось видеть человека, взор которого устремлён вниз, голова опущена, грудная клетка впалая, а плечи поданы вперёд. Согласитесь, не очень приятно смотреть на такого человека. Он выглядит невзрачно. Почему? Сейчас объясню.

Дело в том, что в нашем теле присутствуют так назы-

ваемые точки успешности, и одной из них является грудь. На инстинктивном уровне людям нравится развитая грудная клетка: мужчины обращают внимание на объёмы женской груди, женщинам же нравится мускулистая мужская грудь. Мужчины и женщины смотрят на грудь одинаково, проявляя к ней неподдельный интерес. Грудь не обязательно должна быть большой. Не имеет значения, каких она размеров. Важна подача! Красивая грудь, поданная вперёд, расправленные плечи и лопатки дают нам повод думать, что этот человек успешен.

Чтобы держать грудь колесом необходимо иметь расслабленные лопатки. Когда они не спазмированы, плечи сами отводятся назад, а грудная клетка распрямляется. Если чувствуете зажим, то обращайтесь к специалисту и прорабатывайте эту область, чтобы расслабить и улучшить состояние лопаток.

Есть и вторая точка успешности, которая играет важную роль в нашей жизни и в нашем поведении. Так же, как и первая, эта точка не оставляет равнодушными ни мужчин, ни женщин. Итак, вторая точка успешности – ягодичы. И здесь также важна подача! В современном мире пятой точке уделяется всё большее внимание. Мышцы накачиваются в спортзале, задаётся нужная форма, и это неспроста. На инстинктивном уровне округлые формы ягодич делают человека успешным в глазах других людей.

Подобное наблюдается и в мире животных: самцы некото-

рых птиц (павлин, петух) имеют яркий окрас хвостовой части. Чем ярче и крупнее хвост у этих птиц, тем они кажутся более привлекательными для самок. Другими словами, они пользуются успехом у представителей своего вида благодаря красивому хвосту.

Человеку, чтобы быть успешным в обществе, необходимо держать ягодицы в накаченном состоянии либо уметь красиво подавать эту часть тела. Куда бы вы ни шли, на кого бы ни хотели произвести впечатление, правильная подача груди и ягодиц приведёт вас к успеху.

Эта область тела отвечает за отношения, за любовь. И здесь тело человека можно условно разделить на левую и правую стороны. Левая сторона отвечает за любовь родных и близких, за отношения в семье. То есть, когда человек состоит в браке или долго пребывает в отношениях, качество этих отношений будет проявляться у него как раз на левой трапеции. И если здесь ощущается спазм, значит у человека имеются разногласия с его родными и близкими. **Трапециевидные мышцы.**

Правая сторона у нас отвечает за отношения в социуме, другими словами, за отношения с окружающими нас людьми. Это могут быть знакомые, друзья, товарищи, соседи, прохожие, коллеги, начальники, подчинённые и так далее.

Мы все живём в социуме, поэтому здесь будем говорить не о любви как таковой, хотя у знаменитостей такое может

проявляться («меня любят» или «меня не любят»), речь пойдёт больше о признании человека его окружением.

Допустим, человек реализовался в жизни, у него были хорошие отношения в школе, в институте, теперь и на работе. Он признан, ему комфортно живётся в обществе. У такого человека правая трапеция будет находиться в расслабленном состоянии. Если же болит именно эта область, значит человек не может реализоваться, чересчур беспокоится о том, что о нём подумают люди. Последнее как раз сильно бьёт по местам, которые люди зачастую называют плечами, а на самом деле это дельтовидные мышцы, или попросту дельта.

Выделим несколько ступеней, по которым можно себя диагностировать. На первой ступени все проявления с левой стороны нашего тела связаны с отношениями в семье, с нашими родными и близкими, а также с самими собой. Правая же сторона нашего тела отражает отношения в социуме. Это довольно обширная ступень, поскольку мы все рождаемся в семье, по крайней мере, на определённом этапе она у нас есть, а также мы все живём в обществе и взаимодействуем с ним.

Если на первом этапе всё хорошо, а бывает такое, что и с родственниками всё в порядке, и в социуме человек реализовался, но зажимы в теле всё равно присутствуют, тогда следует переходить на следующую ступень диагностики. Теперь принимаем во внимание следующее: левая сторона –

это женское начало, а правая сторона – это мужское начало.

Итак, левая сторона подразумевает всё, что касается отношений с женщинами: мамами, бабушками, сёстрами, жёнами, дочерьми, любовницами и так далее.

Так вот, мои сеансы периодически посещает одна состоятельная клиентка, развивающая собственный бизнес одновременно в нескольких городах. Из-за своей занятости она часто отменяет запись ко мне на приём. Так произошло и в этот раз: она позвонила, сообщив, что не сможет приехать, хотя сеанс должен был начаться уже через час. В процессе разговора дама предложила перенести приём на удобный для неё день. Поскольку она уже неоднократно меня подводила, я не захотел идти ей навстречу и предложил удобную для меня дату. Она немного подумала и согласилась. Я внёс новую дату в свой график и вежливо распрощался. Только я завершил звонок, как в голове пронеслась мысль: «Какая деловая! Будешь мне ещё указывать, когда тебя принять!» Не успел я подумать, как резко ударился левым! коленом о каменную цветочницу. Колено отвечает за гордость; я её проявил, и моё же тело меня сразу наказало. Колено болело целую неделю – вот так мысли находят отражение в нашем теле, в этом случае именно на левой стороне.

Правая сторона символизирует мужское начало. Сюда можно отнести всё, что касается отношений с мужчинами: папами, братьями, мужьями, любовниками, сыновьями, начальниками, подчинёнными и так далее, то есть отношения

с мужчиной, которые доставляют определённый дискомфорт в жизни, будут отображаться именно по правой стороне.

Однако здесь есть небольшая тонкость. В жизни встречаются женщины, модель поведения которых очень напоминает мужскую. Например, суровая начальница на работе вполне может восприниматься нами так же, как и начальник-мужчина. И тогда в теле человека отношения с таким руководителем будут отображаться с правой стороны. Этот момент очень важно учитывать. В моей практике была подобная ситуация, соответственно, приходилось работать именно с правой стороной.

Наконец перейдём к третьей ступени диагностики: левая сторона – это прошлое, правая сторона – будущее. Как мы понимаем, ни того ни другого в нашей жизни не существует. И человек, который постоянно погружается в прошлое, только всё больше подпитывает себя эмоциями, отчего потом и страдает. Примером этому может послужить наше старое поколение. Часто от наших бабушек, дедушек или же престарелых родителей можно услышать одну и ту же фразу: «Раньше было лучше!» И это явление свойственно каждому поколению. Люди из 80-х годов будут говорить, что в 80-х было лучше, чем в 90-х; люди из 90-х годов будут говорить, что в 90-х было лучше, чем в 2000-х годах; люди из 2000-х годов будут говорить, что в 2000-х было лучше, чем в 2020-х годах и так далее. Это происходит потому, что люди, неудовлетворённые своим собственным состоянием, будут посто-

янно погружаться в прошлое и отыскивать там лучшие моменты своей жизни. Причём, погружаясь в прошлое, которого уже не существует, мы склонны фантазировать, искажая при этом факты.

В Великобритании даже проводился такой эксперимент: группу людей попросили рассказать об их совместном походе, после которого прошло десять лет. И когда десять человек поделились своими собственными воспоминаниями, оказалось, что для кого-то этот день оказался лучшим днём в жизни; кому-то запомнился плохим и неудачным; кто-то только и вспомнил, что отправился в поход в ботинках, а его товарищ – в кроссовках. Этот эксперимент как раз и показал, что, погружаясь в прошлое, большую часть информации человек придумывает и приукрашает в выгодном для себя ракурсе, поэтому важно понимать, что прошлого не существует.

Вы уже знаете, что будущее у нас отображается по правой стороне тела. И здесь, опять же, мы можем напридумывать такое, что в реальности может и не произойти, а значит сделаем себе только хуже. Работая с эмоциональным человеком, который всегда находится в тревожных иллюзиях, я говорю одну фразу: «Не надо придумать то, чего может не быть!»

По прошлому и будущему я работаю довольно редко, однако эту ступень диагностики не следует упускать из виду. В моей практике случилось такое всего лишь один раз, когда ко мне на курс пришла женщина лет тридцати. Её не пе-

реставала беспокоить левая сторона. Вы уже знаете, что левая сторона тела связана с отношениями в семье, родными и близкими. Когда мы начинали прорабатывать этот пункт, выяснилось, что нет никаких негативных или проблемных моментов: семья и родные понимают и принимают её. Стали работать отдельно по женской линии: отношения с мамой, бабушкой, сестрой и так далее. Здесь тоже никаких проблем обнаружено не было, но левая сторона не проходила. Оставалось последнее – перейти к третьей ступени и проработать прошлое.

Когда же я затронул тему прошлого, стало понятно, что именно здесь кроется проблема. Женщина не хотела вспоминать его, и на то были причины. Оказалось, в прошлом она какое-то время работала в эскорте, сопровождала состоятельных мужчин в поездках за границу. Для неё это был весьма неприятный опыт. И вот, когда мы проработали эту ситуацию, левая сторона наконец перестала её беспокоить, боли ушли, и мы благополучно завершили курс. И теперь она здорова и счастлива.

Итак, трапеция отвечает за наши отношения, то есть за любовь и признанность. Однако есть ещё и второй момент, на который нам следует обратить внимание, – это страхи и сомнения. Они также ложатся на эту часть тела. Когда человек испытывает страх, плечи поднимаются вверх, а голова, наоборот, как бы прячется внутри, из-за чего постепенно мышцы этой области спазмируются. Кроме того, трапе-

ция проходит от черепной коробки к плечам, образуя изгиб, и если в этом месте имеются спазмы, то водно-солевой обмен, который и без того сложно здесь протекает, нарушается весьма и весьма существенно. А это приводит к соответствующей болезни – остеохондрозу шейно-воротниковой зоны. Между трапециями имеется очень важный участок, на который тоже следует обратить своё внимание – это холка.

представляет собой отёк. И возникает она по тем же самым причинам – нарушение водно-солевого баланса вследствие мышечных спазмов, то есть из-за плохих отношений либо постоянных сомнений, страхов и переживаний. **Холка**

У мужчины образовавшаяся холка говорит о том, что он постоянно суетится и сомневается в своих силах и способностях справиться со всеми делами, которые он взвалил на себя. А также присутствует фраза: «Надел ярмо – пашу как лошадь!» У женщины холка называется вдовий горб. Образуется он из-за того, что женщина живёт по принципу «я сама». Обратите на это внимание и убирайте, если замечаете такое, из своей жизни. Милые женщины, пользуйтесь своей природной слабостью и не бойтесь просить помощи у мужчин.

Итак, у человека образуется холка в районе шестого-седьмого шейного позвонка. Важно понимать, что эти позвонки являются последними в нашем шейном отделе, через них передаются сигналы от мозга ко всем органам тела. Мозг контролирует работу нашего организма, а в частности, органов

пищеварения, выделительной системы и других. Если на шестом и седьмом шейных позвонках у человека обнаруживается такой вот отёк, то сигналы от мозга в тело будут передаваться в искажённом состоянии. Будут наблюдаться нарушения в пищеварительной системе, а отсюда и лишний вес, отёки и прочее.

Чтобы было понятней, как это происходит, я обычно рассказываю о том, как запускается процесс пищеварения. Например, чтобы переварить 500 грамм мяса, необходимо определённое количество соляной кислоты – желчи. Попадая в желудок человека, пища оттаивается в нём, и начинаются процессы пищеварения. Именно желудок определяет количество мяса, попавшее в него, и подаёт сигнал в мозг. Далее, мозг сигнализирует печени, печень вырабатывает желчь, и происходит первая обработка пищи.

Если же информация искажается, мозг принимает неверный сигнал о том, что в желудке находится, допустим, триста грамм мяса, а не пятьсот. Мозг подаёт сигнал в печень, чтобы та выработала желчь, необходимую для обработки именно трёхсот грамм мяса, остальное будет просто загнивать, способствуя дальнейшему развитию патологий в организме человека. Думаю, теперь вы понимаете, почему так важно заботиться о здоровье шейного отдела, следить за расслабленностью данного участка.

Ещё один важный момент: через этот же участок осуществляется и питание головного мозга. Требуемый кисло-

род доставляется сюда по артериям. Поэтому я всегда рекомендую, чтобы у человека в помещении постоянно был приток свежего воздуха. Даже если вы живёте в густонаселённом городе, свежего воздуха на улице будет всегда гораздо больше, чем в квартире или офисе. И потому необходимо совершать ежедневные часовые, а лучше полутора-двухчасовые прогулки перед сном, а также обязательно проветривать комнату.

Если мозг не питается кислородом, то он прокисает в прямом смысле этого слова. А прокисший мозг – это мозг, сошедший с ума. В данном случае подразумевается, что человек перестанет замечать определённые вещи либо будет смотреть на них иначе. Так происходит, например, когда под конец рабочего дня приходится решать какие-то сложные задачи, человек не может сконцентрироваться и найти достойное решение.

Если же попросить взглянуть на эту же задачу другого человека, только что зашедшего в помещение, окажется, что решение лежит на поверхности, а сама задача очень простая. Но поскольку мозг напился углекислым газом, это ослабило его функции, а потому без свежего взгляда со стороны задачу не решить. «Кислый» мозг погружается в иллюзии, что мешает находиться в моменте. Человек придумывает себе жизнь, которую

не может реализовать, чем и порождает недуги.

Хотелось бы отметить, что для прогулок лучше выбирать

леса, где растут ели и кедр, ведь именно в еловых лесах очень много озона. Дышать озоном очень полезно, так как он расщепляется на O₂ и O (атомарный кислород), и обогащение крови происходит в три раза быстрее, чем при обычной прогулке на улице. Поэтому я всем рекомендую хотя бы раз в неделю выезжать в еловый лес.

Нехваткой кислорода страдают курильщики, спазмы сосудов не пропускают кислород в полном объёме – мозг погружается в иллюзии – и всё по кругу!

, где расположены наши семь основных позвонков, отвечает за коммуникабельность. И эта область чаще всего страдает именно у женщин. Если женщина жалуется на то, что её не слышат и не понимают, значит у неё имеется проблема в шейно-воротниковой зоне. **Шейно-воротниковая зона**

Наш голос имеет такую особенность: когда шейно-воротниковая зона расслаблена, то голосовые связки тоже расслаблены и имеют благозвучный тембр. Они сравнимы с музыкальным инструментом, например, с гитарой. Если мы перетянем или недотянем струны при настройке гитары, то, как бы замечательно мы ни владели инструментом, звук будет идти отвратительный. То же самое происходит и у человека, когда он общается с перетянутыми голосовыми связками. И хотя он говорит нужные и правильные вещи, но его никто не слушает, потому что звук идёт перегруженный, искажённый, а потому и тяжёлый для восприятия другими людьми.

Ко мне на курс как-то приходил руководитель отдела, который за десять лет не смог утвердить ни одного проекта. Мы стали прорабатывать с ним шейно-воротниковую зону. Кроме того, я порекомендовал ему дополнительно походить на уроки ораторского мастерства. И уже во время курса стали происходить изменения, и он наконец смог одобрить у совета директоров свой первый проект.

Почему не получалось этого сделать раньше? Дело в том, что раньше его голосовые связки находились в напряжении, голос был высокий и сиплый, а потому руководство не воспринимало его предыдущие проекты, хотя они тоже были хорошие.

Следите за шейно-воротниковой зоной. Это повысит вашу коммуникабельность и взаимопонимание среди вашего окружения. Самое первое и самое близкое наше окружение – это, конечно же, семья, и взаимопонимание здесь имеет очень большое значение!

Вот мы и рассмотрели шейно-воротниковую зону и теперь перейдём к лицу, где сосредоточены точки всего организма. Лицо – это полная проекция нашего тела, соответственно, по нему также можно диагностировать наличие различных недугов. Итак, приступим.

Волосистую часть головы важно держать в расслабленном состоянии. Можете проверить, насколько она у вас расслаблена. Достаточно взяться за макушку и поводить рукой вперёд-назад; если кожа двигается хорошо, то подобным же об-

разом проверяется затылочная область. Если все эти части у вас подвижны, значит голова у вас более-менее расслаблена. **Голова.**

Встречаются люди, у которых кожа очень туго натянута на череп. Это, как правило, свидетельствует о том, что человек испытывает повышенный стресс, очень много думает и переживает обо всех, кроме себя. Если у человека голова напряжена, вероятнее всего, ниже по телу у него будут выявлены различные патологии.

Вспомните, когда горят уши, принято считать, что вас кто-то осуждает. И правда, уши являются важной частью тела и отвечают за почки. Как мы уже говорили, почки – это фильтр суждений, а уши – это наши почки. Отсюда можно предположить, что примета вполне имеет место быть. Неслучайно, чтобы активизировать почки на вывод из организма всех ненужных веществ, очень важно с утра хорошо прорабатывать свои уши. Уши должны быть мягкие, словно тряпочки. Проверить это легко. Попробуйте ладонью скатать уши в трубочку, если получается, значит у вас нет спазмов, а если уши складываются, при этом щёлкают или вообще болят, поздравляю, у вас проблемы с мышцами лица, которые по цепочке опустятся ниже и добавят проблем в теле. **Уши.**

отвечает за тонкий кишечник. Если мы говорим, что в тонком кишечнике у нас переваривается пища, то в лобной части у нас перевариваются мысли. Различные высыпания и акне в лобной части будут говорить о неправильном

питании и о возможных проблемах с кишечником. **Лоб** являются проекцией лёгких человека. Когда мы волнуемся, сердце начинает работать активнее, накачивая кровью лёгкие, дыхание учащается, щёки начинают краснеть. Это показатель того, что внутри организма идёт определённая реакция. **Щёки**

Близорукость – это боязнь будущего. Дальновзоркость – неуверенность в настоящем. Многие люди сталкиваются с такой проблемой, как мешки под глазами. Эта зона также отвечает за состояние почек. Очень важный момент: мешки под глазами свидетельствуют о том, что почки наполнены жидкостью и вода в них не проходит. Обратите на это внимание; если почки зажаты, возможно, мочекаменная болезнь уже есть. У людей, часто употребляющих алкоголь, наблюдаются мешки под глазами, что говорит о патологии почек. **Глаза.**

является проекцией желчного пузыря. В желчном пузыре соляная кислота (желчь) набирает определённую концентрацию, чтобы затем попасть в желудок для обработки пищи. Когда желчный пузырь спазмируется, когда концентрация желчи в нём очень большая, всё это говорит о желчно-сти обладателя. У такого желчного или кислотного человека, то есть мстительного по отношению к окружающим его людям, как раз и будут появляться на носу различные прыщики и высыпания. «Хочу утереть всем нос», «вы ещё узнаете обо мне» – такие и подобные им по смыслу фразы приводят

к раздражению на носу. В народе принято считать, что если на носу выскочил прыщ, значит в вас кто-то влюбился, однако на самом деле это, скорее, означает проявление ваших негодований к какому-либо человеку и чувство мести. **Нос**

Ротовая полость — это проекция половых органов человека. Чересчур большой аппетит или постоянное желание что-нибудь пожевать говорит о сексуальной неудовлетворённости. Сюда же можно отнести частую потребность в курении. Интерес к сигаретам проявляется как раз у подростков в пик сексуальной активности, когда ещё отсутствуют половые связи и нет выхода накопившейся сексуальной энергии. Неудовлетворённый человек тянет сигарету в рот, как соску, то есть на уровне привычки; когда, будучи дитём, он плакал, родитель пихал ему в рот соску, и он успокаивался. Так и курильщикам нужна сигарета, когда нервничают, бегут курить — затыкают себе рот «соской». **Рот.**

Раздражение вокруг рта или герпес на губах может свидетельствовать о том, что у человека беспорядочные половые связи либо он испытывает какое-то негодование к своему партнёру или испытывает физическое неудовлетворение.

Любые проблемы вокруг губ связаны с нашей половой системой, а половая система связана с отношением к противоположному полу.

Далее подобным образом можно проводить диагностику по всему организму.

. Больное сердце означает, что мы принимаем всё близ-

ко к сердцу. Забегая далеко вперёд, могу сказать одно: если человека беспокоит сердце, то лечить необходимо весь организм, начиная с печени. **Сердце**

у нас отвечают за дыхание, и проблемы здесь возникают, когда человек защемляет себя различными стереотипами. Фраза «не могу вздохнуть полной грудью» сразу же будет бить по этому органу, провоцируя бронхит, астму и прочие болезни. Проблема с лёгкими символизирует закрытость человека, он словно птица в клетке, где нет свободы действий и всё обыденно, либо это замкнутое пространство, либо рутина в жизни. Разрешите себе «летать», проработайте дыхание. **Лёгкие**

Желудочно-кишечный тракт отвечает за переваривание и вывод. Язва или гастрит желудка будет говорить о том, что человек много сдерживает в себе, нет выброса эмоций. Чуть позже мы остановимся на этом более подробно. **ЖКТ.**

– это отношение к противоположному полу. Если у женщины цистит, если она не может забеременеть, то в первую очередь необходимо прорабатывать свои отношения с противоположным полом. Первый мужчина в жизни каждой женщины – это её отец, поэтому необходимо прорабатывать ситуации, связанные с ним. Вероятнее всего, проблема будет корениться именно здесь. В дальнейших главах мы подробнее и глубже рассмотрим эту тему. **Половые органы**

– это наше будущее. Ведь именно ногами мы прокладываем дорогу навстречу своему будущему. Кроме того, бёдра от-

вечают за нашу сексуальность и привлекательность. Как бы шикарно ни выглядела женщина, какой бы ухоженной ни была, она всегда будет немного неуверенной в себе, ей свойственно сомневаться, чего не скажешь о мужчинах. Поэтому проблемы с бёдрами чаще всего и возникают у женщин. «ушки» на бёдрах, целлюлит и так далее. Ко мне на сеансы очень редко приходят мужчины с зажатými бёдрами, зато у каждой второй женщины можно обнаружить эту проблему. И здесь важно смотреть, какая именно сторона задействована. С левой стороны будет отображаться собственное отношение к себе, с правой стороны – то, какими мы видим себя в обществе. Очень важно принимать себя такой, какая есть, и тогда не будет ни целлюлита, ни каких-либо проблем с жировыми отложениями на бёдрах. Бёдра – это развитие. Любой новый этап в жизни: повышение по службе, переезд, смена работы, свадьба – всё это будет проходить через бёдра. То есть человек поднимается на ступеньку выше, а бедро как бы осуществляет этот подъём. И действительно, когда мы фактически поднимаемся по ступенькам, мышцы бёдер напрягаются, работают, осуществляя движение вверх, и если у вас имеются зажимы или другие проблемы с бёдрами, обратите внимание на эти моменты. **Ноги**

Ноги – самая важная часть тела для женщин. Поэтому настоятельно рекомендую: не скрещивайте ноги! Забудьте положение нога на ногу! Сядься таким образом, вы перекрываете кровоток к малому тазу, что влечёт потерю чувствитель-

ности этой зоны – и возникает нарушение в достижении оргазма.

Имейте в виду, что женская энергия движется снизу вверх, сжатыми ногами вы будете её перекрывать, а тело будет стремиться напитывать себя энергией, но брать её, если вы сидите, закинув ногу на ногу, можно только сверху, а это мужская энергия, что приведёт к тому, что противоположный пол от вас станет отворачиваться. Функция питать мужчину женской энергией у вас пропадёт, что будет влиять на отношения или их формирование. У женщин, любящих сидеть со скрещенными ногами (нога на ногу), отношений может не быть вообще, или они будут недолгими. И всё потому, что нет женской энергии. В помощь вам упражнение «лягушка» из йоги.

И для мужчин немаловажно, как сидеть, чтобы не навредить здоровью, так что и вы, мужчины, перестаньте закидывать ногу на ногу.

Голень отвечает за уверенность в завтрашнем дне. Если у человека сводит икры, отекают ноги – всё это говорит о его неуверенности, страхах и сомнениях по поводу чего-либо. Он не умеет ставить себе цели, а потому нет никакой уверенности в том, что произойдёт через неделю или месяц. Всё это бьёт по голеням, спазмируя их. А дальше будет развиваться варикоз и другие патологические явления.

Стопа – это опора. Отсутствие определённости говорит о том, что у человека нет опоры в жизни, он не знает, в ка-

ком направлении двигаться, чем заниматься, с кем жить, где работать и так далее. Такой человек боится будущего, много взвешивает и сравнивает, однако никак не может принять решение, вот и топчется на одном месте. Всё это будет неприятным образом сказываться на его стопах, провоцируя плоскостопие, повышенную потливость, синдром холодных стоп и так далее.

Ахиллово сухожилие отвечает за движение вперёд.

Соппротивление, нежелание идти по какому-то определённом пути в жизни может спровоцировать растяжение или даже переломы в этой области. Если же человек очень торопится по жизни или торопится жить, то травма тоже может остановить его.

Важно понимать, что травмы, которые мы иногда получаем, совершенно не случайны. Напряжённое психоэмоциональное состояние является катализатором для различных неприятных событий. Так что травма – это, скорее, результат, чем случайность. И следует прорабатывать эти травмы на таком же уровне, как и любое болезненное ощущение.

. Плечо располагается от трапеции до локтя и отвечает за защиту. Если есть болевые ощущения по плечам, проверьте свои мысли по трём ступеням недугов. Подумайте, от кого вы защищаетесь? **Руки и плечи**

Предплечье (часть руки от локтя до кисти) отвечает за выгоду. Именно руками мы берём от жизни всё, либо, наоборот, выгода ускользает из наших рук. Возьмём, к примеру,

стакан с водой. Если выронить его, то у вас зажмётся кисть и сожмётся предплечье. Именно таким образом зажимается предплечье, когда человек, по его мнению, упускает выгоду.

На левой стороне отображается выгода касательно самого себя – приобретения, покупки, подарки. И если человек не делает что-то для себя, а постоянно жертвует собой, своим временем, своими деньгами и так далее, то левая сторона предплечья у него будет зажиматься.

Самый простой пример, когда женщина делает выбор в пользу покупки для своего ребёнка, а не в пользу покупки, например, новых туфель для себя.

На правой стороне отображается выгода по социуму. Сюда можно отнести заработок, бизнес, деньги и так далее.

Я работал с пожилой женщиной, долго прорабатывал правое предплечье, но результата не было от сеанса к сеансу. Когда спросил, что же её беспокоит, довольна ли она заработной платой, то оказалось, что она работает уборщицей в той фирме, где когда-то была бухгалтером. Это негодование и сказалось на её теле. После проработки и принятия ситуации предплечье расслабилось, и боли ушли.

Кисть. Здесь принцип будет такой же, как и с предплечьем. Кисть – это хватка человека. Когда он что-то упускает из своей жизни, как раз и возникают проблемы с кистью. То же самое происходит, когда человек вцепился во что-то и не отпускает.

Итак, мы вкратце разобрали общие принципы диагности-

рования различных недугов, по разным причинам возникающих в теле человека. Если вы будете регулярно проводить такую самостоятельную диагностику, анализировать и сразу прорабатывать проблемные ситуации, то сможете избежать многих неприятностей, связанных с походами к врачу, операциями и так далее. Это очень важно! Не надо быть супер-специалистом, чтобы понять, откуда появляется задача и как её решить. Достаточно посмотреть, какую функцию выполняет больное место или орган, и избавиться от данных негативных установок. И помните, что любое исцеление идёт через прощение! Сначала прощаете себя, а потом ситуацию или человека.

Ещё один важный момент: организм человека всегда работает на вывод. Ничего в нашем теле не должно накапливаться и задерживаться. То же самое и с эмоциями, им следует обязательно давать выход. Для этого у человека предусмотрен так называемый клапан для вывода эмоций из организма. Заметьте, речь идёт об эмоциях, не о чувствах! Сложно себе представить, чем бы обернулось отсутствие такого клапана для человека. Переполненный накопившимися внутри эмоциями, он бы однажды просто лопнул. Однако природа заботливо это предусмотрела, встроив в нас способность сбрасывать эмоции. Следует отметить, что положительные и отрицательные энергии из организма человека выводятся разом.

Вернёмся к нашему примеру с кувшином. Заполним на-

половину кувшин грязной водой (эмоции), а другую половину – чистой водой (чувства) и перевернем кувшин. Какая вода из него выльется? Конечно же, выльется полностью вся вода. Вот почему желание освободить наше тело только от положительных или только от отрицательных энергий является большим заблуждением, ведь главное для человека – сбросить, вывести всю энергию, все эмоции. Именно так и происходит очищение тела. А вот наполняться уже следует положительными энергиями, для этого как раз и нужно менять своё мировоззрение.

Существует два способа вывода эмоций из тела человека: естественный и принудительный. Рассмотрим каждый из них.

. Что это такое? Самый распространённый и быстрый способ сбросить эмоции – это смех и слёзы. **Естественный способ сброса эмоций**

Наверняка вам приходилось чувствовать облегчение после того, как поплачешь. Это вполне объяснимо, ведь слёзы и есть выход всех без исключения эмоций из нашего организма. И если вы чувствуете потребность, если ком подступает к горлу, обязательно следует выплакаться и вывести из себя всё, что накопилось.

Мы живём в обществе, и нам часто бывает неудобно показывать людям свои эмоции. В таком случае просто уединитесь, найдите подходящее место и поплачьте. Не сдерживайте свои слёзы, потому что это приведёт к нарушению вашего

психоэмоционального состояния и, как следствие, к различным негативным последствиям.

Ко мне на сеансы приходила женщина, которая не плакала целых десять лет. У неё было несколько торговых точек по продаже джинсовой одежды, и когда она обратилась ко мне со своей проблемой, бизнес шёл уже неважно. И в ходе сеанса выяснилось, что женщина не плакала уже целых десять лет! Десять лет не выплёскивала свои эмоции, ссылаясь на то, что не может показывать на рынке свою слабость, что должна быть сильной. И всё это сказалось на её общем состоянии, патологии появлялись в её теле одна за другой. Во время беседы женщина наконец перестала себя сдерживать и разрыдалась, израсходовав целую пачку салфеток, после чего выдохнула и сообщила, что ей стало намного легче, даже массаж не понадобился, спазмы ушли, и она сразу пошла на поправку, сейчас она уже открыла большой магазин.

Уже говорил и ещё раз повторю: не сдерживайте своих эмоций, накопившаяся энергия должна выйти. Кроме того, ни в коем случае не запрещайте эмоционально разряжаться и своим детям. Особенно это касается мальчиков. Родители очень часто допускают ошибку, приучая своих маленьких сыновей стыдиться собственных слёз, приговаривая: «Мальчики не плачут, плачешь, как девчонка!» Или ещё хуже: «Плакать плохо». Всё это с раннего детства погружает маленького человека в эмоции. И уже с этого времени мальчик начинает себя контролировать и сдерживать, порождая себе

патологии. Поэтому обязательно позволяйте мальчикам выплакаться и выплеснуть накопившиеся эмоции.

Имейте в виду, что и смех также способствует сбросу эмоций. Вспомните, как после довольно интенсивного смеха, что называется до боли в животе, ощущается не прилив сил, а, скорее, некое опустошение и даже усталость. Это как раз говорит о том, что произошёл сброс энергии.

Если мы посмотрим на слово юмор, то заметим в корне слово , а оно несёт в себе негативный смысл – заморить, извести. Когда нас кто-то сильно рассмешит, мы так и говорим: «Уморил». При этом ощущаем небольшую лёгкость, потому что происходит выход эмоций. Конечно же, я всем рекомендую больше смеяться, а не плакать. Здесь же необходимо добавить, что при посещении массовых мероприятий мыслеформы нашего восприятия увеличиваются в геометрической прогрессии. Наверняка вы замечали, что в кинотеатре реакции от кинофильма всегда ярче, чем от просмотра того же фильма в одиночку. И не имеет значения, комедия это или триллер, массовый просмотр будет увеличивать реакции в геометрической прогрессии. А потому имеет смысл смотреть фильмы с положительным посылом – кинокомедии, фильмы для семейного просмотра и другие, а также посещать мероприятия, позволяющие наполниться позитивной энергией – концерты, театры, выставки и так далее. мор

Я рекомендую больше посещать именно театры, поскольку там есть энергетический обмен: актёр – зритель и зри-

тель – актёр. Во время представления всё внимание направлено на артиста, и зритель таким образом заряжается энергией, излучаемой со сцены. Артист же, выкладываясь, подзаряжается энергией своего зрителя, при этом энергетический баланс Вселенной сохраняется.

Приведу такой пример: подружки собираются вместе за чашечкой кофе и, общаясь, начинают обсуждать своих молодых людей. Чаще всего они жалуются, находя изъяны в своих отношениях и партнёрах. От этого жизнь их не становится краше, и отношения действительно приобретают негативный оттенок. Если среди подруг окажется девушка, личная жизнь которой складывается удачно, то со временем она переймёт поведение своих подруг, из-за чего её отношения с любимым человеком начнут портиться. Вот почему всегда нужно быть внимательным к тому, какую информацию транслируешь окружающим, и непременно фильтровать входящую информацию.

Понятно, что женская психология нацелена на обесценивание партнёра, потому что даже самая преданная подруга является прямой конкуренткой, а женская конкуренция самая жестокая. Но всё же помните, что любая информация множится. Поэтому призываю каждого: прямо с сегодняшнего дня становитесь источником хороших новостей, говорите только в позитивном ключе и делитесь с окружающими только хорошими впечатлениями, многократно увеличивая тем самым положительные энергии!

Расскажу на примере, как работает правило «всегда быть источником хороших новостей».

Ко мне ходит уважаемый человек в нашем городе, имеющий большой бизнес. С товарищами каждую среду они ходят в баню, накрывают стол, где всегда много алкоголя: виски, коньяк, водка. В один из приёмов он пожаловался, что не хотел бы идти в баню, потому что ему надоело слушать и обсуждать жалобы. Темы бесед были всегда одни и те же: политика, доллар, бизнес, жёны, любовницы и т. п.

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.