ПРОДЛЕНИЕ ЖИЗНИ

МЫСЛИ,



творящие женское счастье

Экспресс-настрои

Георгий СЫТИН

ВЕСЬ

Георгий Сытин

Мысли, творящие женское счастье. Экспресс-настрои

«Автор»
2026

Сытин Г.

Мысли, творящие женское счастье. Экспресс-настрои / Г. Сытин — «Автор», 2026

Быть молодой, здоровой, жизнерадостной, чувствовать безграничные перспективы и радость материнства — это не мечта, а реальность, доступная каждой женщине. В этом убежден Георгий Николаевич Сытин — известный ученый, психотерапевт и создатель уникального направления «воспитывающая медицина».Короткие, емкие «творящие мысли» — идеальный выбор для тех, кто ценит время, но не готов жертвовать результатом. В отличие от классических развернутых настроев, эти тексты специально адаптированы для максимально легкого и глубокого усвоения. Позвольте себе больше, чем просто отсутствие болезней. Позвольте себе чувствовать прилив жизненных сил, радоваться каждому дню и смотреть в будущее с любовью и спокойствием. Короткие настрои Сытина станут вашими верными спутниками на пути к себе совершенной — цветущей и по-настоящему счастливой.

© Сытин Г., 2026
© Автор, 2026

Георгий Сытин
Мысли, творящие женское счастье. Экспресс-настрои

ОБРАЩЕНИЕ
АКАДЕМИКА ГЕОРГИЯ СЫТИНА
АКАДЕМИКА ГЕОРГИЯ СЫТИНА
КО ВСЕМ ЧИТАТЕЛЯМ

С каждым днем возрастает число читателей, жалующихся на головную боль, плохое самочувствие, снижение работоспособности после
использования настроев якобы в исполнении
академика Сытина.

Эти жалобы связаны с тем, что читатели слу-шали настрои на фоне музыки, взятые из Интер-нета. В этих случаях нервную систему разрушают
одновременно действующие два темпа — мысли
и музыки. Даже композиторы говорят, что соз-дать темп музыки, который соответствует тем-пу мысли академика Сытина, **невозможно**!

Имного лет назад космонавтам запретили работать с настроями на фоне музыки.

Уважаемые читатели! Вы можете пользовать-ся настроями в личном исполнении академика, которыми вас могут снабдить в самом Центре
психологической поддержки человека и в его
московском филиале. Остерегайтесь подделок!

Берегите здоровье!

Дорогие читатели!

В конце 2016 года скончался Георгий Николаевич Сытин.

Коллектив издательства «Весь» выражает искреннее
соболезнование семье и близким Георгия Николаевича
и скорбит вместе с ними. Память о большом ученом, который сделал огромный вклад в мировую медицину, будет долго жить в наших сердцах.





Ýêñïðåññ-íàñòðîè
Àêàäåìèê Ìåæäóíàðîäíîé àêàäåìèè íàóê (Ìíîåí), äîêòîð ìåäèöèíñêèõ íàóê, äîêòîð ïñèõîëîãè÷åñêèõ íàóê, äîêòîð ïåäàãîãè÷åñêèõ íàóê, äîêòîð ôèëîñîôñêèõ íàóê Ñàíêò-Ïåòåðáóðã
Èçäàòåëüñêàÿ ãðóïïà
«Âåñü»
УДК 61
ББК 53.59
С95
Сытин Г. Н.
С95
Мысли, творящие женское счастье. Экспресс-настрои. — СПб.: ИГ «Весь», 2017. — 288 с. —
(*Реальное продление жизни*).
ISBN 978-5-9573-0997-0

Творящие мысли Георгия Сытина, известного ученого, психотерапевта, автора *новой воспитывающей медицины*, охватывают практически все стороны жизни женщины, которые являются непременным условием для ощущения

полноценного счастья. Молодость, здоровье, жизнелюбие, радость материнства и бесконечные перспективы в будущем

возможны в жизни каждой женщины. Ключ к ним — в этом

сборнике экспресс-настроев.

В числе самых эффективных способов успешного усвоения творящих мыслей Сытин рекомендует многократное

переписывание. Короткие экспресс-настрои, предлагаемые

в этой книге, — наилучший вариант для усвоения именно

таким способом.

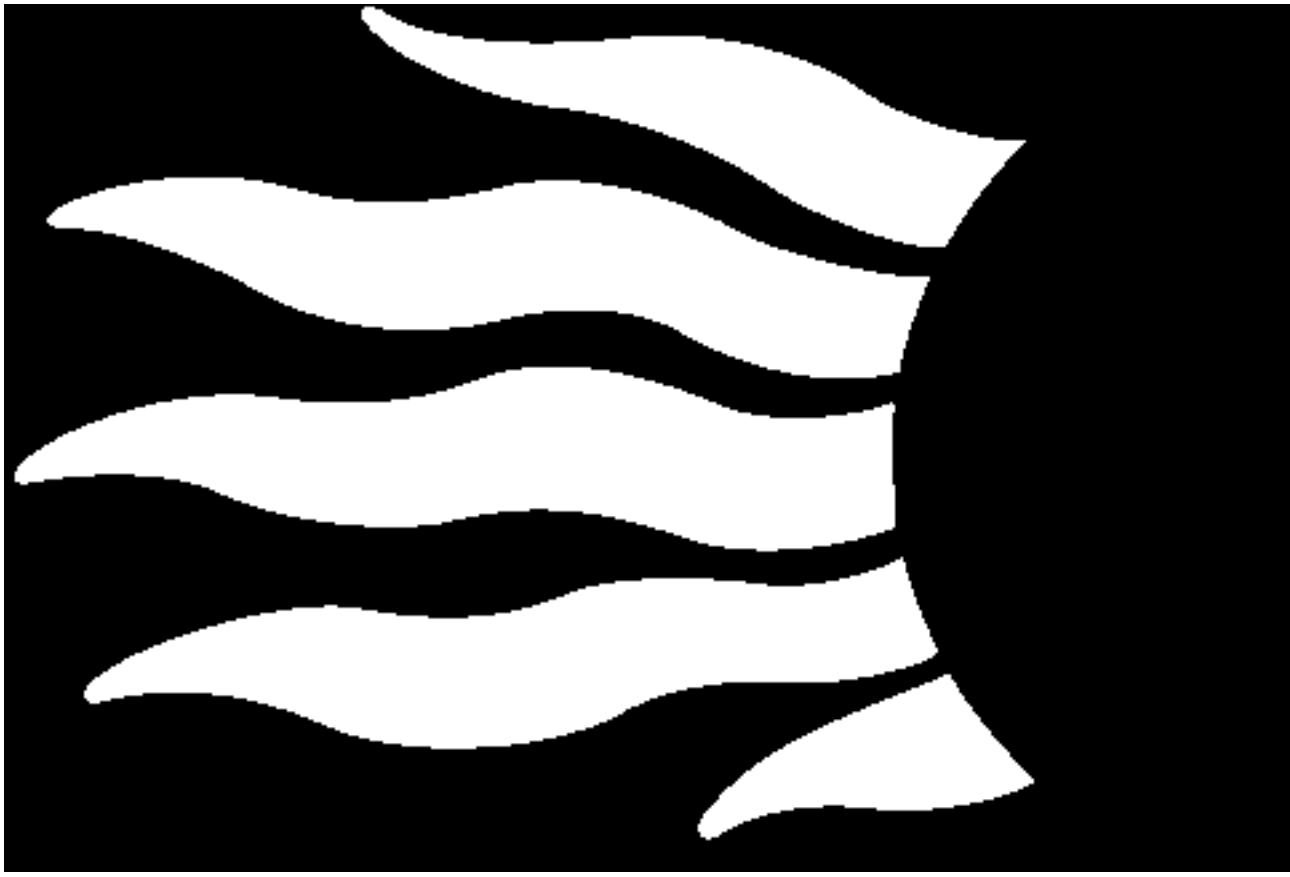
Для широкого круга читателей.

УДК 61
ББК 53.59
Тематика: Медицинская литература/Популярная и нетрадиционная медицина/ Советы целителей. Оздоровительные системы

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроиз-ведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев
авторских прав.
© ОАО «Издательская группая
ISBN 978-5-9573-0997-0
«Весь», 2006

ОТ АВТОРА

Воспитывающая медицина дает человеку
в готовом виде мысли, которые устраняют
возникшие нарушения в организме
и восстанавливают здоровье.
Г. Н. Сытин



ВОС
ВО ПИ
СП ТЫВА
ИТЫВАЮЩ
Ю
АЯ
Я
МЕ
МЕДИЦ
ДИЦИН
И А

Сегодняшняя медицина не ставит задачу полного восстановления здоровья при каждом заболевании. И человек не ставит перед собой такой зада-чи. Поэтому мы все сегодня являемся свидетелями

того, как у каждого человека на не вылеченные до конца нарушения здоровья наслаиваются все новые и новые заболевания, их становится все больше и больше, они ускоряют старение. В борьбе с ними расходуются жизненные силы, их становится все меньше и меньше. В конце концов человек прежде-временно погибает.

Чтобы изменить эту картину и увеличить продолжительность жизни человека, необходимо всегда добиваться полного восстановления здоровья

при каждом заболевании. Если человек ставит перед собой такую задачу, то, как показывает опыт, включаются в борьбу за здоровье совершенно другие нервно-мозговые и духовные механизмы, которые способны полностью восстановить здоровье.

Понятно, что для этого человек должен включиться

б



От автора

в активную работу над собой в целях полного выздоровления. Медицина должна научить человека

правильно ставить задачу на полное выздоровление, обучить его приемам работы над собой и руково-дить человеком до полного его выздоровления.

Врачу надо дать соответствующую подготовку, чтобы он мог выполнять эту работу.

Настоящая книга даст возможность каждому

читателю вести работу над собой в целях полного

восстановления здоровья сердца.

Чтобы ускорить выздоровление, человек должен

постоянно настраивать себя на ускорение выздоровления, на замедление старения. Сделать это с помощью лекарств без участия самого человека совершенно невозможно. Следовательно, человека надо

убедить в том, что он может сам успешно ускорять

выздоровление, замедлять старение и увеличивать

продолжительность своей жизни.

Но для этого медицина должна учить человека заботиться о собственном здоровье, стремиться

вести здоровый образ жизни, думать о себе как о

человеке здоровом. **Мысль человека о себе творит**
тело, как здоровое, так и больное.

Современная медицина пытается изучать и лечить человека в отрыве от его мыслей. Такая медицина не имеет научной основы. Необходимо создание

воспитывающей медицины. Тот, кто назначает лечение, должен быть воспитателем, специалистом в области темперамента, характера, способностей, воли, самовоспитания и всей духовной сферы человека, а

не только в области строения физического тела.

Воспитывающая медицина дает человеку в готовом виде мысли, которые устраняют возникшие

нарушения в организме и восстанавливают здоровье. Человек должен принять эти мысли в свое со-



знание и сделать их своим знанием. Это знание о

самом себе и сотворит здоровое тело.

Воспитывающая медицина учит человека думать о себе как о здоровом в каждом конкретном

случае нарушения здоровья. Очевидно, что медицина должна воспитывать человека, развивать его

и обучать приемам самосовершенствования при бо-лезнях и старении.

А это значит, что **вся настоящая медицина должна быть воспитывающей и развивающей**.

Новая медицина основана на успешной полуве-ковой практике воспитывающей медицины, которая

отражена в книгах, изданных пятимиллионным ти-ражом. Эта практика охватила все области совре-менной медицины.

По поручению РАМН академик РАМН Разумов Н. А. организовал в возглавляемом им Центре рецензирование моего десятитомного труда. Поло-жительная рецензия с рекомендацией его издания издательством «Медицина» направлена в РАМН и автору.

Необычайно высокая эффективность воспитывающей медицины, очевидно, объясняется тем, что **она является научно обоснованной и потому весьма перспективной**. Положительную оценку метод воспитывающей медицины получил в Институте тра-диционных методов лечения, в кардиологическом центре, а также прошел весьма успешно клиниче-ские испытания в Институте судебной психиатрии им. В. П. Сербского. Институт биофизики рекомен-довал использовать его в лечении облученных людей.

Директор НИИ нормальной физиологии академик РАМН Судаков К. В. выразил мнение, что «широкое применение этого метода приведет к оздоровлению больших контингентов населения России».

8



От автора

Метод воспитывающей медицины высоко ценят в Российской академии образования. Академик Российской академии образования Филонов Г. Н. в своей рецензии написал: «Метод проф. Г. Н. Сытина

необходимо сделать достоянием всего населения
России». За этот метод в РАО автору присвоена уче-ная степень доктора педагогических наук, в Мюн-хене автора избрали академиком Международной
академии наук, в Брюсселе учредили Международ-ный университет Георгия Сытина с отделениями в
Москве и Нью-Йорке, назначили вице-президентом
Всемирного распределенного университета.
Метод воспитывающей медицины использован
самим автором.
Г. Н. Сытин — долгожитель. Он дожил до 95 лет.
НИИ нормальной физиологии РАМН исследовал
его биологический возраст и сделал утвержденное
очень авторитетным ученым академиком Судаковым
К. В. заключение о том, что биологический возраст
на 30–40 лет ниже календарного. Автор никогда не
оформлял себе пенсии, ибо назначение пенсии для
него было бы таким же нелепым, как если бы пенсия
была назначена молодому спортсмену-гимнасту —
чемпиону олимпийских игр.

Метод содержит в себе теорию, приемы самовоспитания, настрои и методику их усвоения. Настрой — это точная словесная формулировка знания. Настрой не имеет срока годности, как все
лекарства. Настрой — это мыслеобразное эмоцио-нально-волевое самоубеждение, которое неизмеримо сильнее многих лекарств. Возможности лекарств
весьма ограничены, возможности самоубеждения
практически безграничны.

Настрои отражают мысль об оздоровлении-омо-ложении в словесной формулировке. Образ, чувства

и волевое усилие, которые в своем единстве созда-ют импульс с головного мозга во внутреннюю среду
физического тела такой огромной мощности, что он
способен влиять не только на активность любого
органа и любой системы, но и устранять патологи-ческие нарушения в анатомических структурах.

Благодаря этому без хирургических операций
можно удалять новообразования, восстанавливать
функцию и внутреннее анатомическое строение любого органа и системы физического тела и возрождать молодой организм, продлевая жизнь.

У многих мужчин на фоне простатита образует-ся аденома предстательной железы, которая весьма опасна и нередко переходит в злокачественную
опухоль, и люди погибают во цвете лет.

И что же сейчас делает медицина? Она использует проскар (препарат из США) и другие подобные
препараты, которые превращают человека в абсо-лютного импотента. Медицина даже не спрашива-ет его: согласен ли он на такое «лечение»?! И такое
«лечение» проводят в самых престижных лечебных
учреждениях. В данном случае внедрение в работу

с населением воспитывающей медицины сохранит
этим мужчинам способность иметь детей. То же
самое происходит в «лечении» миомы матки у женщин. Матку попросту радикально удаляют хирур-гическим путем.

Воспитывающая медицина сможет вылечить таких
женщин без операций и они смогут рожать детей.



МЕ
МЕТО
Т Д
О ИК
ДИКА
УСП
УС Е
П Ш
Е
Н
Ш О
Н Г
О О
Г
О УСВ
УС О
В Е
О Н
Е И
Н Я

Я
НАС
НА Т
С Р
Т О
Р Е
О В
Е

Экспресс-настрои, собранные в этой книге, от-личаются относительно небольшим объемом и потому ***идеально подходят для усвоения в процессе переписывания***.

Прочитав одну фразу, повторите ее вслух и по-старайтесь полностью записать, соблюдая орфогра-фию. За это время с головного мозга идет мощней-ший импульс во внутреннюю среду организма, под влиянием которого все структуры физического тела восстанавливают здоровое строение. Очень важ-но запомнить всю фразу целиком, обязательно закрыть книгу и затем записать всю фразу. *Переписывание настроя отдельными словами бесполезно.*

Легче усваивать настрой, если ***прослушивать его в звукозаписи***. Наговорить настрой на магнитофон вы можете для себя сами. Тон изложения должен быть твердым, деловым, убедительным, безо всяко-го пафоса. Таким же тоном при возможности проговаривайте настрой вслух, а нет условий — читай-те или проговаривайте по памяти, про себя. Одни

люди предпочитают прослушивать настрой, другие — прочитывать. При прослушивании можно еще и делать что-нибудь по хозяйству. Но лучше, если вы постараетесь не отвлекаться и сосредоточитесь.

Для усвоения настроев ***используйте время, пропадающее зря,*** например, по пути на работу и домой.

Независимо от того, знает человек текст наи-зусть или нет, ***настрой усваивается только в процессе его прослушивания или проговаривания***.

Усваивать настрой нужно до тех пор, пока ваше состояние не придет в полное соответствие с содержанием настроя.

При усвоении настроя ***старайтесь вести себя как можно активнее*** (лучше ходить), прилагайте усилия к запоминанию текста. Это повышает активность усвоения.

Усвоить настрой — значит привести себя в полное соответствие с его содержанием, а не просто запомнить.

Те фрагменты текста, которые вам больше нра-вятся и имеют особое значение, ***полезно прослушивать, прочитывать или проговаривать по памяти большое число раз***. Особенно полезно при прослушивании настроя повторять мысль за мыслью громко вслух, останавливая магнитофон нажатием

кнопки «Пауза».

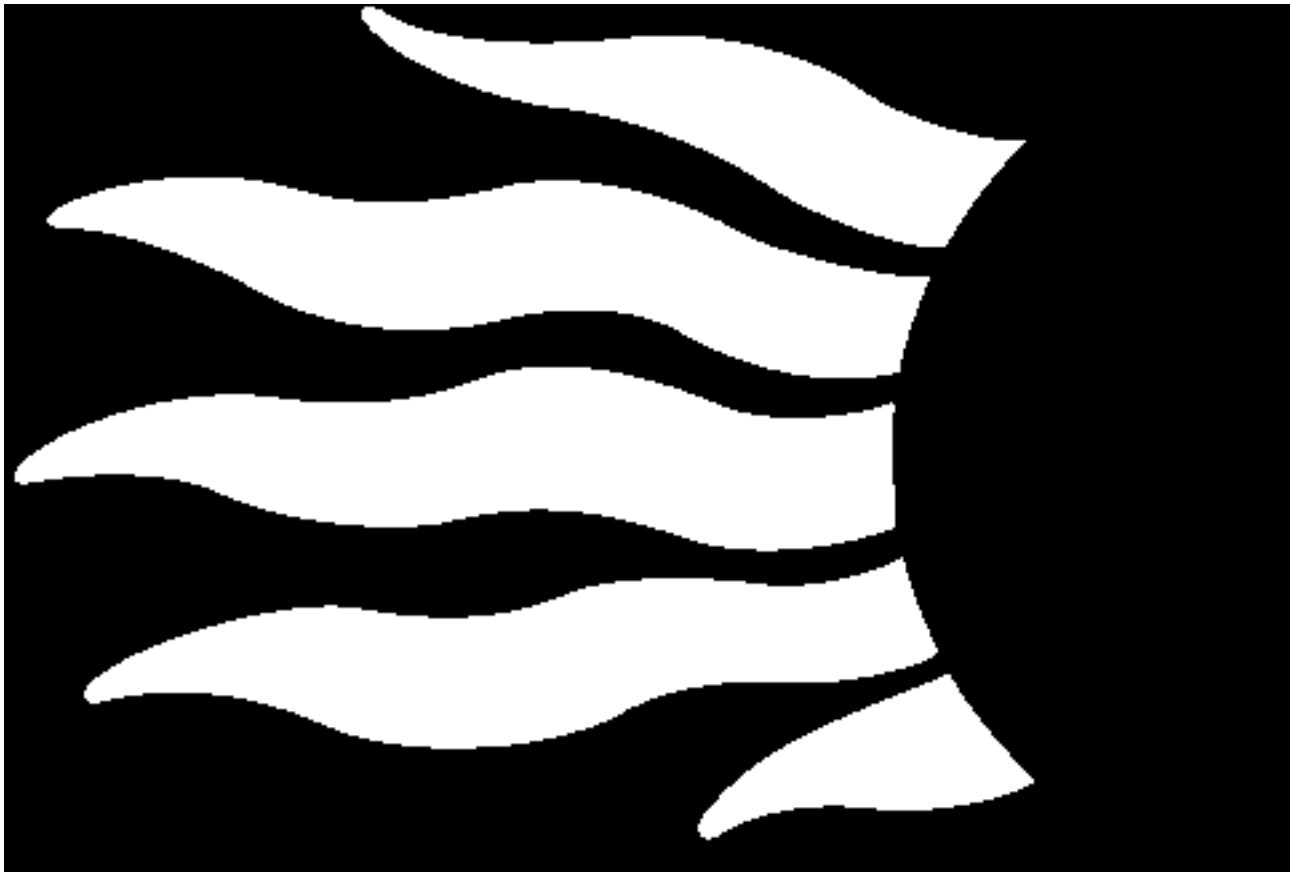


ЭКСПРЕСС-НАСТРОИ

Бог создал человека по своему образу

и подобию — творцом своего физического тела, наделил его творящими мыслями о себе, которые обладают материализующей силой, возможности которых безграничны.

Г. Н. Сытин



Г. Н. Сытин

Величайшая перспектива жизни

В моей доброй, ангельской, Божественной душе

от Бога величайшая перспектива жизни в течение

многих веков. В моей Божественной, доброй, ангельской душе от Бога величайшая перспектива постоянного укрепления, усиления здоровья — в течение

многих веков. В моей Божественной, доброй, ангельской душе от Бога величайшая перспектива молодой

18-летней жизни — в течение многих веков.

Бог передвигает время из даты моего рождения

в будущее со скоростью реально текущего времени.

Расстояние от меня до даты моего рождения остается постоянным, неизменным — 18-летним. В течение многих веков я буду жить веселой, радостной, счастливой жизнью. В течение многих веков мое

тело постоянно возрождает свое молодое, 18-летнее

строение. В течение многих веков я с яркостью молнии вижу себя молодой, веселой, прекрасной красавицей, полной здоровья и сил. И это наполняет меня

победной, торжествующей радостью жизни.

Веселое утро, радостный день

Утром — веселое, быстрое пробуждение. Веселой, жизнерадостной красавицей я вступаю в новый день своей Божественно прекрасной жизни.

Утром вся душа поет от счастья, от радости жизни.

Утром веселый огонек ярко светится в моих глазах. Утром во всем теле огромная, неиссякаемая

энергия юности бьет ключом. Утром во всем теле

молодая сила бьет ключом.

Весь день я радуюсь жизни. Весь день радость
жизни усиливается, становится все более яркой, все
более сильной. Весь день я каждое мгновение раду-

14



Экспресс-настрои

юсь, свечусь счастьем жизни на чудесном Божьем
белом свете. Я радуюсь солнцу, я радуюсь небу.

Я радуюсь каждому цветочку, каждому дереву. Я радуюсь всей Божественной, вечно юной природе.

Я живу в полной гармонии со всей Божественной Природой. Я живу в полной гармонии со всей

Вселенной. В течение всего дня веселый огонек ярко

светится в моих глазах. Вся душа поет от счастья, от радости жизни. Все тело живет полнокровной, молодой, веселой, счастливой, радостной жизнью.

Молодое лицо

Все кожные покровы, все подкожные ткани головы, лица, горла, шеи наполняются молодой структурной внутриклеточной и межклеточной водой, которая все тело наполняет упругостью юности, все тело делает первозданно свежим, Божественно красивым. Все кожные покровы, все подкожные

ткани головы, лица, горла, шеи возрождают новорожденно густую сеть коллагеновых волокон, которые, появившись, мгновенно спаяли кожные покровы с мышцами, с глубинными структурами тела, превратили все тело в сплошной монолит.

Все тело становится молодым, упругим. Лицо

наполнилось молодой упругостью. Все тело головы, лица, горла, шеи, груди Божественно сейчас рождается точно таким же молодым, 18-летним. Лицо

рождается гладким, полированным. Все морщинки

на лице, на шее разглаживаются, навсегда бесследно исчезают. Мои глаза яркие-яркие, огромного, 18-летнего объема, гигантски сильные, Божественно

прекрасные. Моя голова с гигантской скоростью

возрождает молодую, детскую полноту.

15



Г. Н. Сытин

Лицо возрождает молодую, детскую полноту.

Лицо рождается полным, круглым. Щеки рождаются молодыми, детски полными, круглыми, Божественно красивыми. Мои губы рождаются детски

полными. Рождается красивый, четкий рисунок губ.

Губы красивые, как резные, ярко-красные, как маки.

Моя голова молодая, точно такая же — 18-летняя.

На голове стеной стоят красивые, молодые волосы.

Все люди, которые приходят со мной в соприкосновение, воспринимают меня 18-летней, Божественно

прекрасной красавицей, полной здоровья и сил.

Стойкое нормальное

молодое давление — 120/80

Титанически стойкое, нормальное артериальное давление — 120/80. Чем бы я ни занималась, сохраняется веселое весеннее кровообращение.

Во всем теле Божественно свободное, молодое, быстрое, веселое кровообращение. Все кровеносные сосуды головы Божественно расширены по

всей длине. По всем кровеносным сосудам головы

кровь течет весенним, свободным, широким потоком, как веселая весенняя река в половодье, в

широком разливе.

Кровообращение головы веселое, весеннее, свободное, широкое. В голове беспредельно просторно — как во Вселенной. Вся голова насквозь ярко

светлая. В глазах ярко-ярко светло. Все тело живет

полнокровной, молодой, веселой жизнью. Во всем

теле Божественно свободное, веселое, быстрое кровообращение. В кончиках пальцев обеих ног, обеих рук пульс полный, сильного наполнения. Божественно свободное, веселое, весеннее кровообра-

16



Экспресс-настрои

щение. С титанической стойкостью, с титанической

стойкостью сохраняется молодое, нормальное, артериальное давление крови — 120/80, 120/80.

Молодые, Божественно прекрасные глаза

Мои глаза сейчас точно такие же — 18-летние, яркие-яркие, огромного 18-летнего объема, гигантски

сильные, выразительные, умные, Божественно прекрасные глаза. Мой взгляд усиливается. Усиливается

зрение. Моя душа — ангельская, добрая, абсолютно

беззаботная, веселая, игривая, шутливая.

В моей душе только чистые помыслы, только Божественно светлые чувства. Мои глаза — как зеркало

души — Божественно чистые, как у ребенка. Глаза

яркие-яркие, блестящие, 18-летнего огромного объема. Глаза первозданно широко открыты. Я смотрю

на чудесный Божий мир Божественно прекрасными, первозданно широко открытыми глазами.

Дыхательные пути

Во все нервы носовых ходов, гайморовых пазух

носоглотки, трахеи, бронхов вливается святая Божественная сталь. Во все живые ткани носовых ходов, гайморовых пазух, носоглотки, трахеи, бронхов

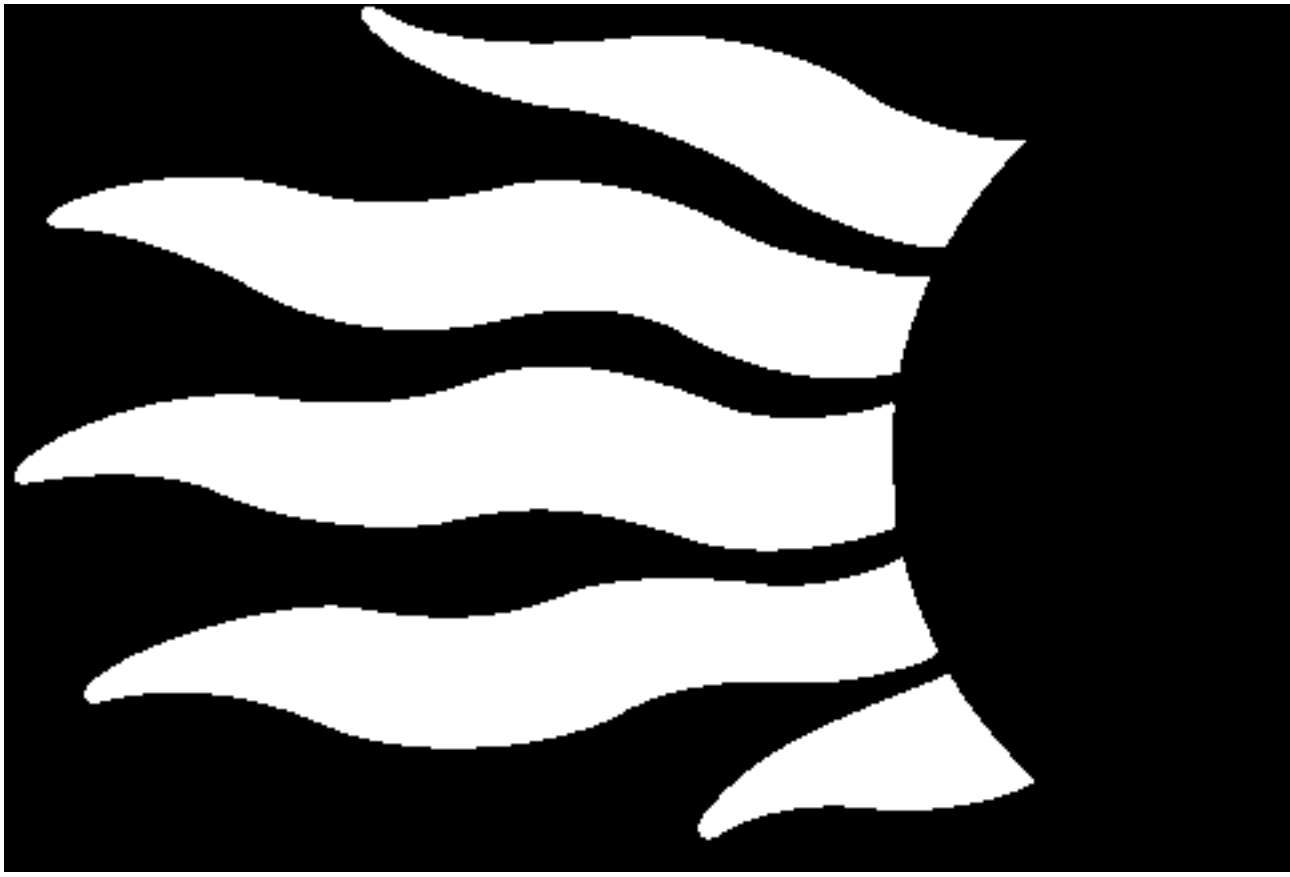
Бог вливает гигантскую Божественную физиологическую силу. Дыхательные пути Божественно здоровые, молодые. Носовые ходы полностью открыты.

Дыхание свободное, беззвучное, неслышное дыхание. Грудь дышит легко, свободно. Беззвучное, неслышное дыхание. Дыхательные пути первозданно

стойко здоровые. Дыхательные пути титанически

стойко здоровые.

17



Г. Н. Сытин

Стойкость к морозу

Я люблю сильный, стойкий мороз. На морозе я

чувствую себя великолепно. На морозе дышится

легко, свободно. Вся система дыхания на морозе Божественно здоровая, первозданно стойко здоровая.

Дыхательные пути титанически стойко здоровые.

Я люблю сильный, крепкий мороз. На сильном морозе я вся оживаю, расцветаю, здоровею-крепну. Во

всем теле Божественно свободное, быстрое, веселое

кровообращение.

Я люблю зиму. Я люблю кататься на лыжах, на

коньках. Я люблю гулять по чистому снегу. Я люб лю

сильный мороз, когда из-под ног фонтанчиками вы-летает пушистый, чистый снег. На морозе дышится

легко. Дыхание легкое, свободное. С титанической

стойкостью я сохраняю великолепное самочувствие, веселое, жизнерадостное настроение. На сильном

морозе веселый огонек ярко светится в моих глазах.

Вся душа поет от счастья, от радости жизни.

Молодая стройная фигура

С гигантской скоростью весь ненужный мне

лишний жир в области живота, талии, таза, ягодиц, бедер с гигантской скоростью исчезает из моего тела. Гипофиз физиологически усиливается в

миллионы раз и с гигантской скоростью расщепляет

весь ненужный моему телу лишний жир на углекислоту и воду.

Вся обширная область тела живота, таза, ягодиц, бедер возрождает свой маленький молодой объем, рождаются молодые, красивые формы тела. Живот

быстро худеет, уменьшается в объеме. Рождается

тонкая, красивая, молодая талия.

18



Экспресс-настрои

А голова с гигантской скоростью полнеет, возрождает молодую, детскую полноту. Божественно

возрождается молодое, красивое телосложение.

Рождается молодая, гибкая, легкая, стройная фигура. Молодой, красивый, маленький, мускулистый, сильный живот. Тонкая, молодая талия. А голова

полная. Лицо полное. Щеки полные, круглые. Божественно красивая голова, Божественно красивое лицо. Легкая, гибкая, стройная, Божественно

красивая фигура.

Ангельская, добрая душа

Моя душа — от Бога веселая, счастливая. В моей

душе только чистые помыслы, только светлые чувства. Моя душа новорожденно-молодая, веселая, игривая, шутливая, абсолютно беззаботная, не тронутая жизнью.

Мои глаза — как зеркало души — отражают ангельскую, добрую душу. Мои глаза, как у ребенка, Божественно чистые. Мои глаза яркие-яркие, огромного, 18-летнего объема. Глаза добрые, веселые, яркие-яркие, гигантски сильные, Божественно

прекрасные глаза.

Нормальный пульс — 72 удара в минуту

Мое сердце первозданно стойко здоровое, титанически стойко здоровое. Нервно-мозговой

аппарат сердца гигантски сильный, титанически

стойкий, стальной. Нервы сердца новорожденно

здоровые, гигантски сильные, титанически стойкие, стальные. Мое сердце молодое, не тронутое

жизнью.

19



Г. Н. Сытин

Сердце первозданно стойко здоровое, титанически стойко здоровое. Пульс устойчиво нормальный, ритмичный — 72 удара в минуту. Все промежутки

между ударами пульса точно одинаковы. Все удары

пульса одинаковой, нормальной силы, молодого, могучего, веселого сердца.

Я могу долго париться в жаркой парной. С титанической стойкостью сохраняется здоровый, правильный ритмичный пульс — 72 удара в минуту. Сквозь любую непогоду, сквозь любые изменения атмосферного давления с титанической стойкостью сохраняется

здоровый, правильный ритмичный пульс — 72 удара

в минуту. Все промежутки времени между ударами

пульса одинаковы. Все удары пульса одинаковой, нормальной силы, молодого здорового веселого сердца.

На снятие напряжения

Я совсем успокоилась. Вся нервная система наполнилась очень приятным здоровым спокойствием. На

сердце стало так легко, хорошо, как никогда раньше

не было. Вся душа успокоилась. Я вся насквозь абсолютно спокойна, безмятежно спокойна. Во все нервы

вливается святая Божественная сталь. С яркостью

молнии чувствую себя молодой красавицей со стальными нервами. Вся душа успокоилась. На душе так

легко, хорошо. Веселый огонек ярко светится в моих

глазах. Лицо Божественно спокойно. Все морщинки

на лице, на шее разгладились, исчезли. Я вся насквозь

абсолютно спокойна, безмятежно спокойна.

Молодые колени

Мои коленные суставы сейчас точно такие же —

18-летние, Божественно исправные, Божественно



Экспресс-настрои

здоровые, не тронутые жизнью. Суставные поверхности коленных суставов гладкие, полированные.

Хрящевые мениски коленных суставов крепкие, упругие, несокрушимо прочные.

Я могу быстро бегать по лестницам вверх-вниз.

Я могу быстро ходить. В коленных суставах приятное, молодое, здоровое спокойствие. В нервы коленных суставов вливается святая, Божественная

сталь. Все нервы коленных суставов новорожденно
здоровые, молодые, крепкие, стальные, титанически
стойкие. Коленные суставы новорожденно цель-ные, Божественно исправные, не тронутые жизнью.

В коленных суставах новорожденная, Божественно
свободная, полная подвижность.

Я с яркостью молнии чувствую: могу свободно
сидеть на пятках, плясать вприсядку. Мои молодые
ноги сильные, быстрые, неутомимые. Коленные суставы 18-летние, Божественно исправные, Божественно здоровые, не тронутые жизнью.

Молодые ритмы мозга

Моя нервная система сейчас точно такая же молодая, 18-летняя. Все молодые, 18-летние ритмы мозга
сейчас присутствуют, сейчас существуют. Все ритмы
мозга сейчас обладают такой же огромной, молодой
амплитудой, такой же молодой, высокой частотой.

Работа нервной системы сейчас точно такая же —
18-летняя, молодая, энергичная, быстрая. Все ритмы
мозга сейчас точно такие же молодые, 18-летние. Сейчас такая же огромная амплитуда всех ритмов мозга.

Нервная система сейчас такая же, 18-летняя, гигантски сильная, энергичная. Нервная система сейчас такой же высокой, молодой частоты. Нервная система

21



Г. Н. Сытин
сейчас работает точно так же быстро, энергично. Я с

яркостью молнии чувствую себя молодой, энергичной, быстрой красавицей, полной здоровья и сил.

Здоровый сон

Когда я сегодня лягу спать, едва моя голова коснется подушки, как я сразу же засну здоровым, крепким, глубоким сном — на всю ночь, до самого

утра. Сейчас весь мой организм готовится ко сну.

Вся нервная система сейчас готовится к ночному

сну. И когда я сегодня лягу спать, едва моя голова

коснется подушки, я сразу же засну безмятежным, здоровым, крепким, глубоким сном.

В течение всей ночи одинаково крепкий, одинаково глубокий, райский сон. Во время ночного сна

все миллиарды нервных клеток восстанавливают

свои энергетические запасы. Все внутренние органы отдыхают. Во время ночного сна все мышцы

глубоко расслаблены. Невозможно даже пошевелить пальцем.

Здоровый, крепкий, глубокий сон. В течение

всей ночи — до самого утра я сплю одинаково крепким, одинаково глубоким, Божественно здоровым

сном, с полным расслаблением всей мускулатуры.

А утром — легкое, быстрое, веселое пробуждение.

Веселой, счастливой, жизнерадостной красавицей я

вступаю в новый день своей Божественно прекрасной жизни.

Молодые густые волосы

Сейчас весь нервно-мозговой, анатомо-физиологический аппарат роста волос на голове Божествен-

22



Экспресс-настрои

но усиливается, усиливается в десятки, в сотни раз.

В 100 раз быстрее зарождаются, быстро, весело растут все новые, все новые волосы. Волос на голове

становится все больше, все больше.

На всей большой первозданной площади волосистой части головы возрождаются новорожденно

густые, стеной стоящие, крепкие, красивые, молодые волосы. Волос на голове становится все больше, все больше. С гигантской скоростью возрождается

колоссальное, новорожденное число волос.

Я с яркостью молнии чувствую: на голове рождается целая шапка новорожденно густых, здоровых, крепких, красивых волос. В кожу волосистой части

головы вливается молодая, энергичная, радостная

жизнь. Вся кожа головы оживает, оживают волосы.

Возрождаются все новые, все новые волосяные луковицы. Все новые, все новые десятки, сотни волос

быстро, весело растут.

На всей большой, первозданной площади волосистой части головы: впереди надо лбом, по бокам, впереди надо лбом, на темени — вырастают такие

же предельно густые, крепкие волосы, как на затылке. С яркостью молнии чувствую: волос на голове

становится все больше, все больше. Быстро густеют волосы. Снова рождаются молодые, 18-летние, предельно густые, здоровые, крепкие, красивые волосы. С яркостью молнии чувствую: на голове рождается целая шапка, целая копна красивых, здоровых, крепких волос.

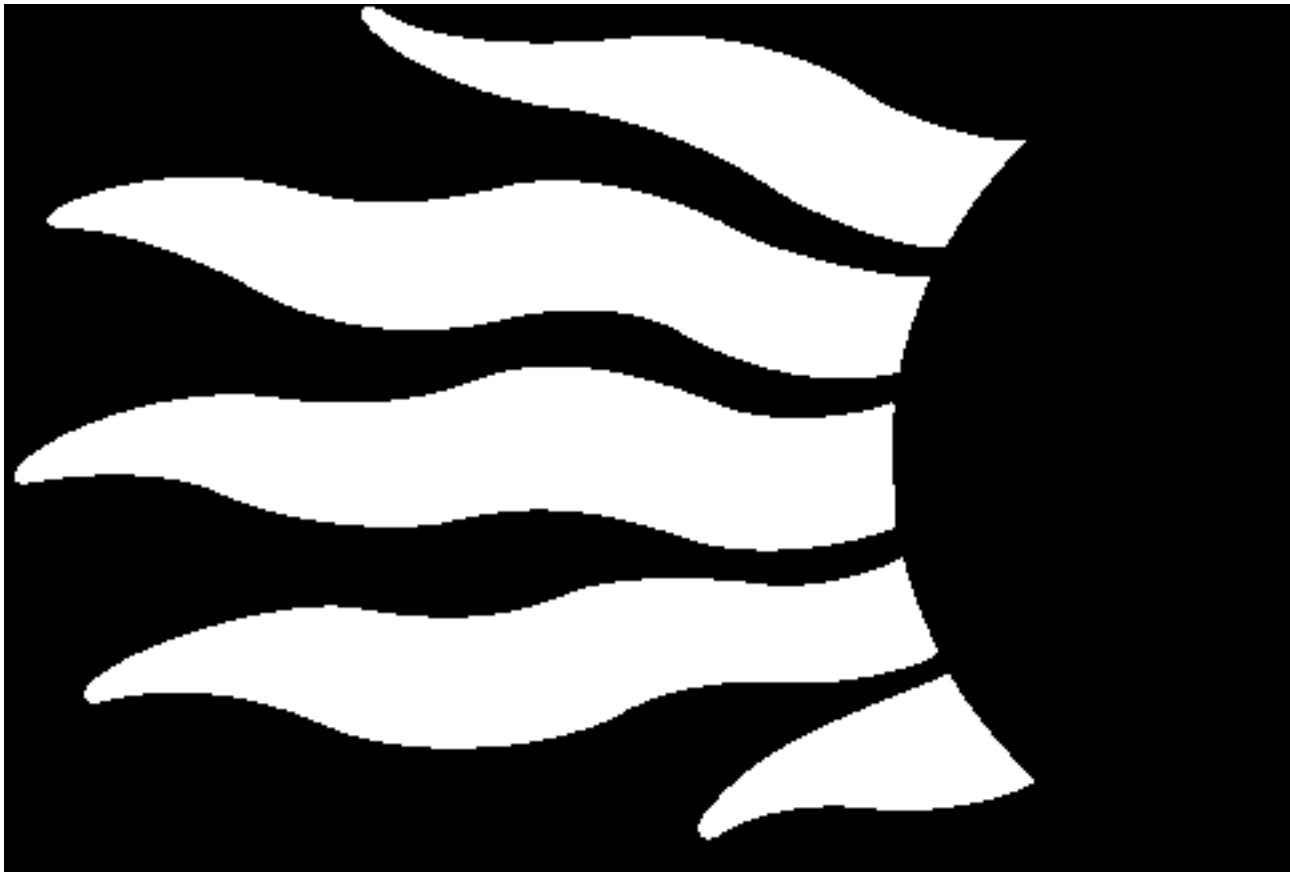
Молодые, здоровые,

красивые женские груди

Все уплотнения в молочных железах сейчас все

насквозь, все сразу растворяются, Божественно

23



Г. Н. Сытин

размягчаются. Все структуры молочных желез возрождают Богом созданное, 16-летнее, юное, девичье, идеально правильное строение.

Все структуры молочных желез Божественно

возрождают Богом созданное 16-летнее, правильное строение. Все груди заново рождаются юными, девичьими, мягенькими, нежными, колышка-ми стоящими, Божественно красивыми. Молочные

протоки рождаются Божественно чистыми. Груди наполняются легкостью, невесомостью. Груди

заново рожаются молодыми, юными, девичьими, 16-летними, Божественно здоровыми, не тронутыми жизнью.

Молодой желудок

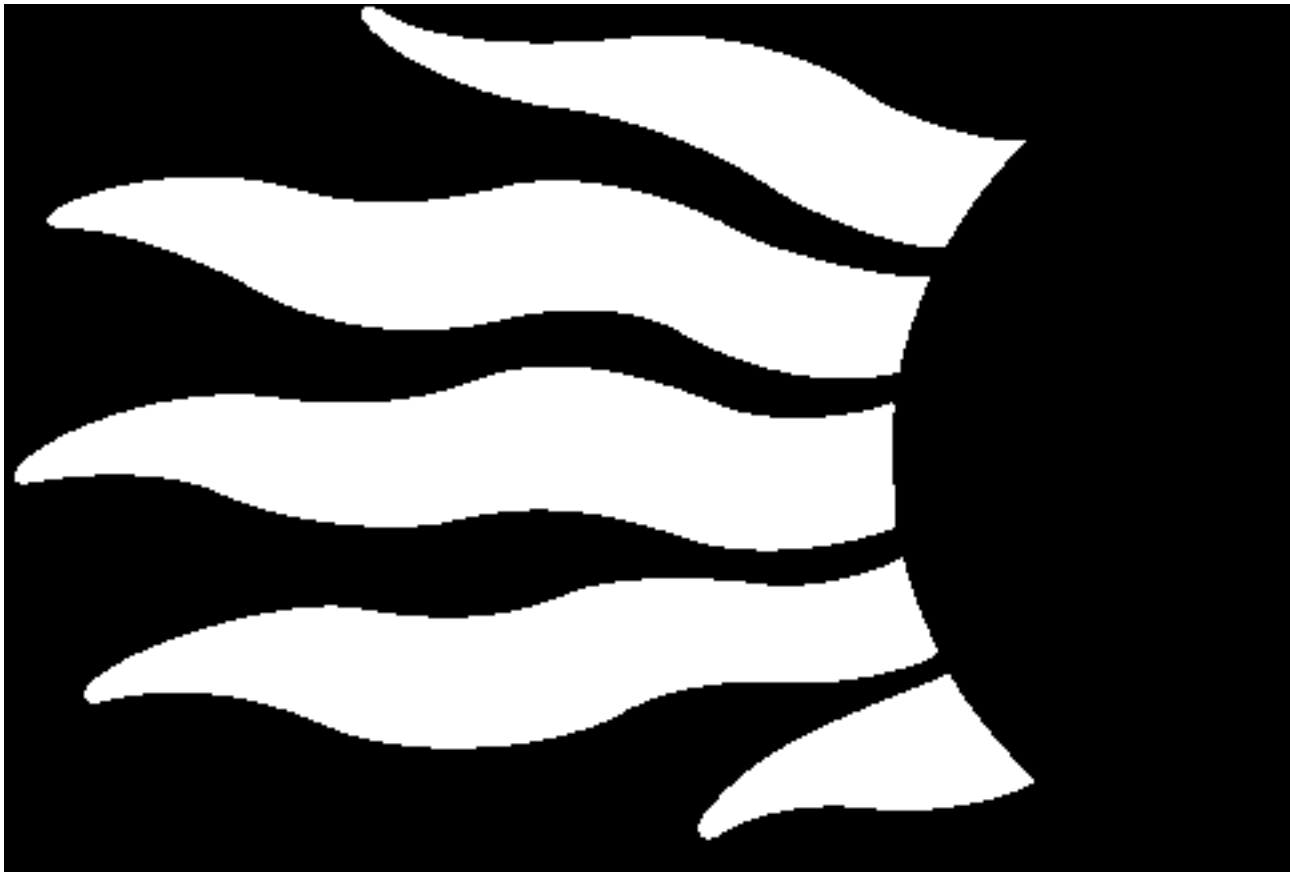
В нервы желудка вливается святая Божественная сталь. Здоровеет, крепнет, усиливается желудок. Сейчас рождается молодой, здоровый, крепкий желудок. В нервы желудка, кишечника вливается святая Божественная сталь, здоровеют, крепнут, усиливаются нервы. Желудок сильный, крепкий. Кишечник энергичный; здоровый, крепкий кишечник.

Вся система пищеварения Божественно здоровая, новорожденно-молодая, не тронутая жизнью.

Вся область желудка наполняется очень приятным здоровым спокойствием. Вся область желудка легкая-легкая, абсолютно невесомая. Сильный, крепкий, здоровый желудок, энергичный, сильный, крепкий кишечник. Живот маленький, мускулистый.

Тонкая красивая молодая талия. Все тело живота молодое, крепкое, упругое, Божественно красивое. Энергичный, сильный, крепкий молодой желу-

24



Экспресс-настрои

док. Вся обширная область желудка легкая-легкая, абсолютно невесомая, 18-летний, энергичный, сильный, здоровый желудок.

Я люблю зиму

Я зимой оживаю, здоровею, крепну. Я люблю

сильный, крепкий мороз. Я люблю сильный ветер.

Я люблю зиму, люблю кататься на лыжах, на коньках, люблю гулять по рыхлому чистому белому

снегу. Зимой я вся оживаю, расцветаю, здоровею, крепну. Все мои способности расцветают, развиваются.

Зимой мое великолепное самочувствие титанически стойкое. Зимой мое веселое, жизнерадостное

настроение титанически стойкое. Зимой я каждое

мгновение радуюсь, свечусь счастьем. Я радуюсь

солнечной зимней погоде. Я радуюсь тучке, я радуюсь снегу. Я радуюсь всем изменениям погоды.

Я живу в полной гармонии со всей Природой. Я зимой вся насквозь расцветаю, развиваюсь, здоровею, крепну. Зимой титанически стойкое, великолепное

самочувствие, веселое, жизнерадостное настроение. Я каждое мгновение радуюсь, свечусь счастьем.

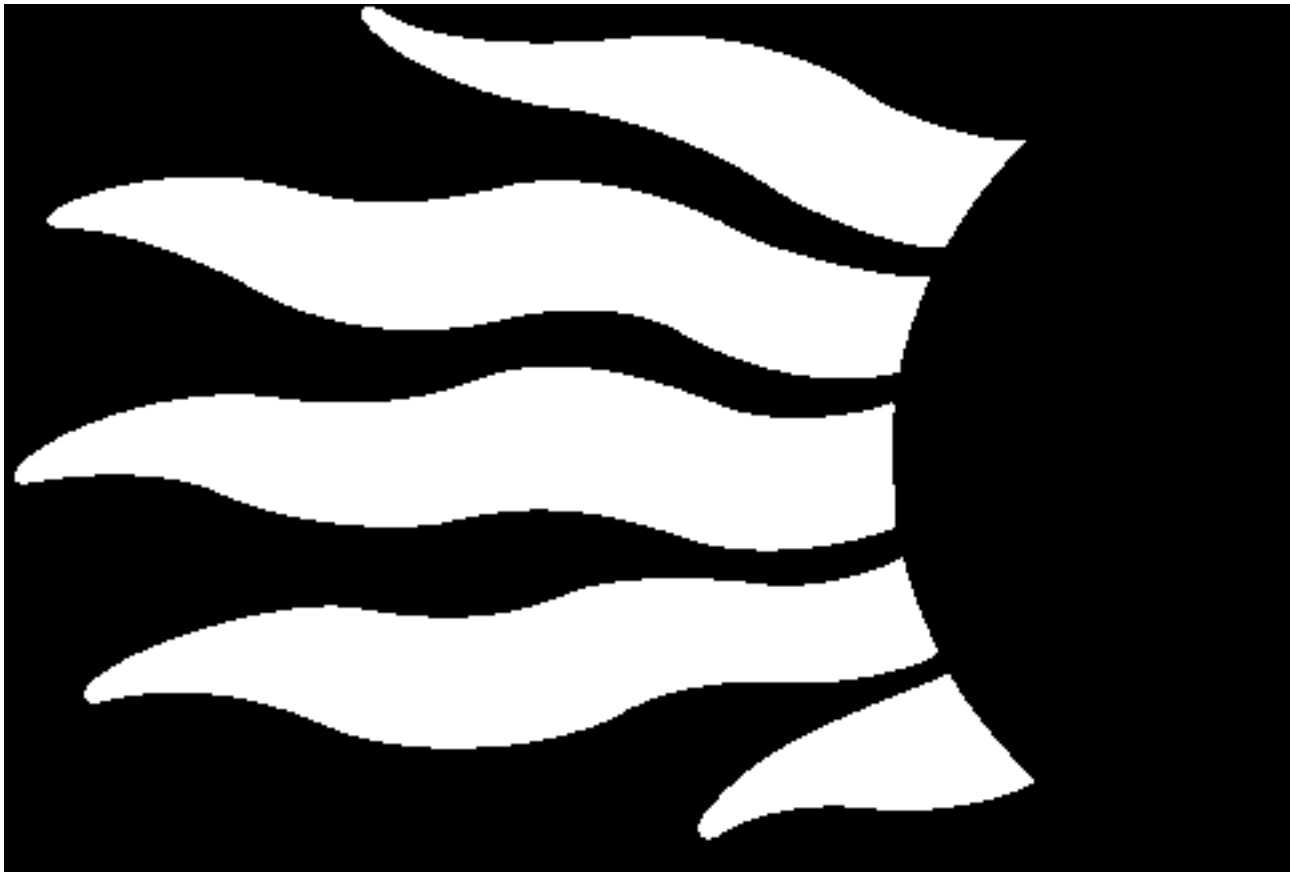
Я живу на чудесном Божьем белом свете с величайшим удовольствием, с величайшим наслаждением, а жизнь моя действительно так изумительно прекрасна.

Здоровые легкие

В мою легочную ткань горячо любимый Бог вливает из Тонкого мира гигантскую Божественную

энергию развития. В мою легочную ткань Бог влива-

25



Г. Н. Сытин

ет животворящую Божественную новорожденную
жизнь, которая наполняет мои легкие. Вся легочная
ткань сразу Божественно рождается новорожденно
цельной. Рождается молодая, 18-летняя жизненная
емкость легких. В легочную ткань сам Бог вливает
из Тонкого мира гигантскую Божественную энергию. Вся легочная ткань развивается.

А Бог вливает в легочную ткань гигантскую Божественную физиологическую силу. Легочная ткань

возрождает свою новорожденную цельность, наполняется гигантской физиологической энергией.

А горячо любимый Бог постоянным космическим

потоком вливает в мои легкие превеликую силу жизни Вселенной. Мои легкие наполняются превеликой силой жизни Вселенной. Моя легочная ткань

физиологически гигантски сильная, Божественно
здоровая.

Во все нервы системы дыхания вливается святая
Божественная сталь. Все нервы системы дыхания
крепкие, стальные. Весь нервно-мозговой аппарат

системы дыхания новорожденно-молодой, гигантски сильный, титанически стойкий, стальной. Вся

система дыхания титанически стойко здоровая.
Большая, огромная жизненная емкость легких. Мои
легкие сейчас Божественно здоровы.
Вся легочная ткань новорожденно цельная.

Огромная молодая жизненная емкость легких.

Дышится легко, свободно. Легко, свободно дышит

молодая грудь. Дыхание свободное, беззвучное, неслышное. Абсолютно свободное дыхание.

Я едина с Богом

Я всю жизнь стараюсь привести в полное соответствие со всеопределяющим: я — Он, я — Он.

26



Экспресс-настрои

Он — Господь Бог Всемогущий, горячо любимый, Владыка Вселенной. Мои мысли едины с Божьи-ми мыслями. Мои чувства едины с Божественными

мыслями. Моя воля едина с Божественной волей.

Я ярко чувствую себя дочерью Бога.

Я едина с Богом. В моей доброй, ангельской Божественной душе только чистые помыслы. Моя ангельская, Божественная душа свободна от негативной психической энергии. В моей душе только чистые помыслы, только светлые чувства. Я стараюсь

всю свою жизнь привести в полное соответствие с

Божественной жизнью.

Я живу весело, радостно, счастливо. Я каждое

мгновение радуюсь, свечусь счастьем жизни на чудесном Божьем белом свете. А жизнь моя действительно так изумительно прекрасна. Я каждое мгновение радуюсь, свечусь счастьем жизни на чудесном

Божьем белом свете. Я каждое мгновение радуюсь.

Веселый огонек ярко светится в моих глазах. Вся

душа поет от счастья, от радости жизни.

Молодое тело

В мои кожные покровы, в подкожные ткани с гигантской скоростью вливается молодая структурная внутриклеточная и межклеточная вода. Одна

молекула структурной воды содержит 81 молекулу

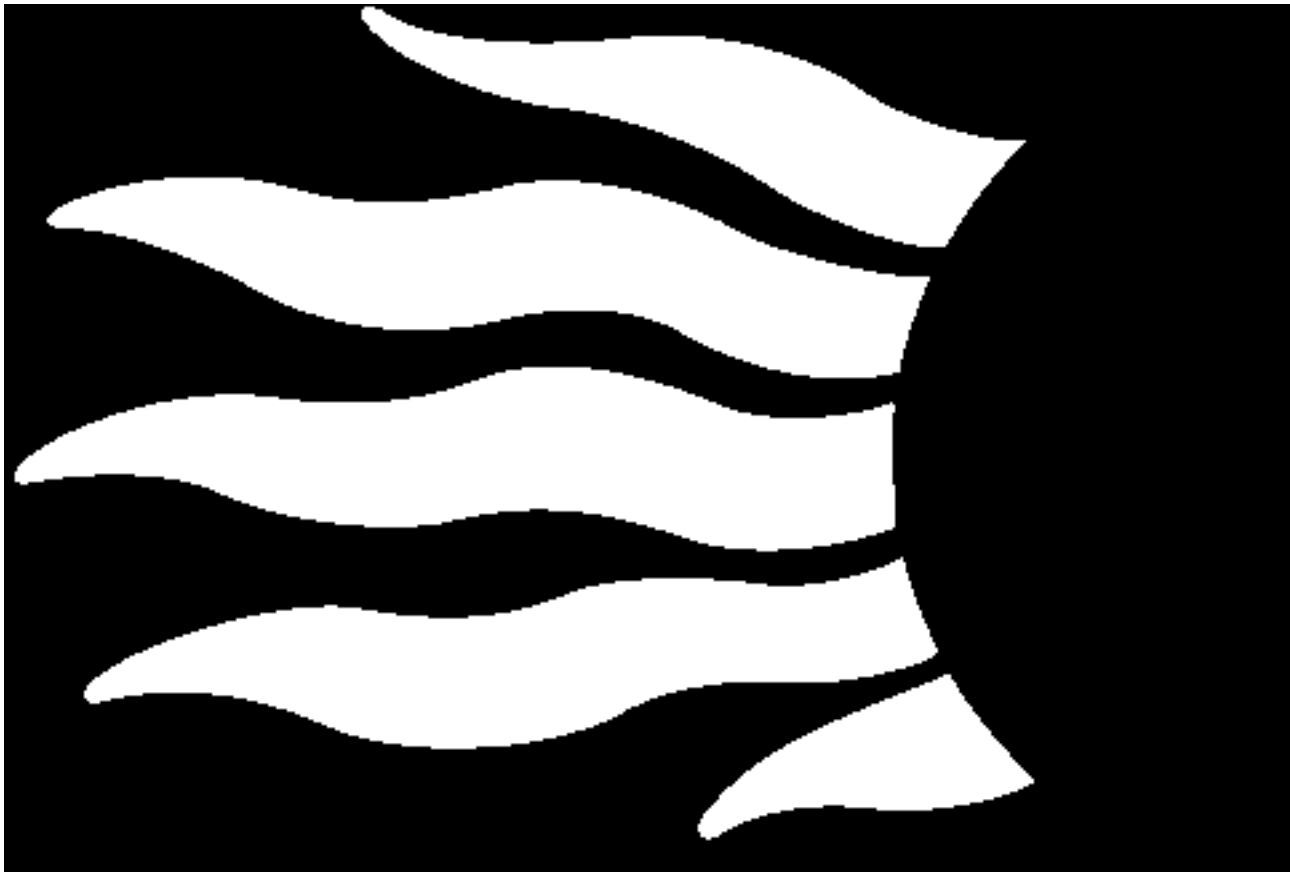
простой воды.

Структурная вода не замерзает до 20 градусов

мороза по Цельсию. Структурная вода сейчас с гигантской скоростью наполняет все мои кожные покровы, все подкожные ткани. Структурная вода наполняет все кожные покровы, все подкожные ткани.

Она делает мое тело эластичным, упругим, первозданно свежим, Божественно красивым.

27



Г. Н. Сытин

Все кожные покровы, все подкожные ткани сейчас с гигантской скоростью возрождают новорожденно густую сеть коллагеновых волокон, которые

мгновенно спаивают кожные покровы с мышцами, с глубинными структурами тела, превращают все

тело в сплошной монолит.

Все мое тело сейчас Божественно рожается точно таким же, 18-летним, молодым, крепким, упругим, как из литой резины, не ущипнешь, в складку

не соберешь. На всем теле нет и не может быть ни

одной морщинки. Все тело эластичное, гладкое, полированное, белоснежно-светлое, белоснежно-чистое, розовое, румяное, Божественно прекрасное

молодое тело.

Развитие способностей

Господь Бог Всемогущий, горячо любимый постоянным потоком вливает в мою душу из Тонкого

мира гигантскую Божественную энергию быстрого всестороннего развития. Во все механизмы моего всестороннего развития, во все механизмы моих

духовных способностей Бог вливает постоянным

космическим потоком из Тонкого мира гигантскую

Божественную энергию всестороннего развития.

Господь во всю мою душу, во все структуры души постоянным космическим потоком вливает гигантскую

Божественную энергию Божественного развития.

Вся душа Божественно развивается, духовно усиливается. В душе все механизмы моих Божественных духовных, умственных, физических способностей с гигантской скоростью развиваются, усиливаются. Все мои способности к обучению с гигантской

скоростью развиваются. Мышление становится все

более энергичным, все более быстрым.

28



Экспресс-настрои

Ускоряется моя мысль. Мое запоминание становится все более быстрым. Возрастает объем запоминания. Усиливается память. Творческое воображение становится все более ярким, все более

энергичным. Я все более ярко ощущаю, чувствую

себя молодой, 18-летней, Божественно прекрасной

красавицей, полной здоровья и сил. Все мои способности с гигантской скоростью развиваются.

Я становлюсь все более быстро, все более быстро

обучаемой. Я становлюсь все более быстрой, все более талантливой молодой красавицей, полной здоровья и сил.

Усиление зрения

Весь нервно-мозговой анатомо-физиологический

аппарат зрения сейчас усиливается. В нервно-мозговые механизмы зрения в затылочных долях

головного мозга из Тонкого мира Бог вливает гигантскую Божественную силу. Нервно-мозговые механизмы зрения Божественно усиливаются, усиливаются в десятки, в сотни раз.

В зрительные нервы вливается святая Божественная сталь. Здоровеют-крепнут, усиливаются

нервы. А Бог вливает в мои глаза 18-летнюю энергичную молодую жизнь. Молодая жизнь наполнила мои глаза. Молодая жизнь наполнила все нервно-мозговые анатомо-физиологические механизмы

зрения.

Все структуры глаз Божественно родились сейчас точно такими же молодыми, 18-летними. Мои

глаза сейчас яркие-яркие, огромные, гигантски

сильные. Весь нервно-мозговой анатомо-физиологический аппарат зрения сейчас с гигантской скоростью усиливается. Усиливается взгляд, усилива-

29



Г. Н. Сытин

ется зрение. Рождается молодое, 18-летнее, гигантски сильное, острое, орлиное зрение.

Я с яркостью молнии чувствую, ярко вижу самый

мелкий газетный шрифт. Мое зрение постоянно усиливается. Глаза становятся все более ярко блестящими, все более ярко светящимися Божественным

светом. Мои глаза яркие-яркие, молодые, огромные.

Выразительные, волевые, умные, Божественно прекрасные глаза. Я с яркостью молнии чувствую: мое

зрение усиливается. Рождается молодое, 18-летнее, гигантски сильное острое зрение.

Исчезает миома матки

Я приказываю всем кровеносным сосудам миомы крепко-накрепко закрыться на замок, с гигантской силой сжаться. Не пропускать в миому ни одной

молекулы питания. Я лишаю миому матки всех источников существования, всех источников питания.

Лишенная всех источников жизни миома матки с гигантской скоростью вся насквозь растворяется, тает, тает, уменьшается, навсегда бесследно исчезает.

Полностью обескровленная миома исчезает, рас-сеивается в пространстве Вселенной. Все структуры

матки Божественно возрождают свое молодое, Богом созданное Божественно здоровое строение. Исчезает эндометриоз матки. Все структуры матки сейчас Божественно возродили свое молодое, 18-летнее, Богом созданное Божественно здоровое строение.

Вся область матки сейчас наполнилась очень приятным здоровым прочным спокойствием. Весь низ

живота наполнился легкостью, невесомостью. В нервы матки вливается святая Божественная сталь. Здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. Матка сейчас

снова родилась Божественно юной, девичьей, ма-



ленькой, крепкой, Божественно здоровой. Матка

сейчас родилась Божественно здорового, молодого, девичьего строения.

Усиление слуха

В нервно-мозговой анатомо-физиологический

аппарат слуха горячо любимый Бог постоянным

космическим потоком вливает из Тонкого мира

гигантскую Божественную энергию быстрого

всестороннего развития. Весь нервно-мозговой
анатомо-физиологический аппарат слуха сейчас
Божественно рождается новорожденно цельным, новорожденно здоровым, не тронутым жизнью.

В слуховой мозговой центр Бог вливает гигантскую Божественную физиологическую силу. Весь
аппарат слуха Бог наполняет 18-летней, гигантски
энергичной молодой жизнью. Весь нервно-мозговой анатомо-физиологический аппарат слуха сейчас Божественно рождается молодым, 18-летним, физиологически гигантски сильным.

В слуховые нервы вливается Божественная физиологическая сила. В слуховые нервы вливается святая
Божественная сталь. Здоровеют-крепнут, усиливаются слуховые нервы. Обостряется, усиливается слух.

Весь анатомо-физиологический аппарат слуха Божественно возрождает свою новорожденную цельность.

Весь анатомический аппарат слуха сейчас Божественно рождается точно таким же, 18-летним, молодым, Божественно исправным, Божественно здоровым.

Обостряется, усиливается слух. Сейчас, сейчас
я слышу все лучше и лучше. Сейчас Божественно
рождается гигантски энергичный, острый слух.
С яркостью молнии чувствую: я отчетливо слышу
шепотную речь за окном.

31



Г. Н. Сытин
Оздоровление пальцев рук

Мои пальчики в моей ангельской, Божественной

душе горячо любимые. Я люблю свои пальчики великой Божественной любовью. В лучах моей великой Божественной любви мои пальчики оживают, расцветают, заново рождаются молодыми, юными, Божественно исправными, не тронутыми жизнью.

Титанической силой своего воображения сейчас с яркостью молнии ощущаю, чувствую: суставы

пальчиков Божественно здоровые, Божественно исправные, Божественно чистые, биологически чистые. Во всех суставах моих пальчиков сейчас новорожденная, Божественно свободная, беззвучная, неслышная, полная подвижность.

Титанической силой своего воображения я сейчас с яркостью молнии ощущаю, чувствую свои молодые, юные, девичьи пальчики — ровные, тонкие, прямые, как стрела, Божественно красивые, не тронутые жизнью. С яркостью молнии чувствую здоровье в моих руках, в моих пальчиках. С яркостью

молнии ощущаю, чувствую свои руки, свои пальчики Божественно здоровыми, не тронутыми жизнью. С яркостью молнии чувствую себя Божественно здоровой, новорожденно-молодой, прекрасной

красавицей, полной здоровья и сил.

Молодая энергичная печень

В мою печень Бог вливает гигантски энергичную

молодую жизнь. Все кровеносные сосуды печени

Божественно расширяются. По всем кровеносным

сосудам печени кровь течет весенним, веселым, радостным потоком. Кровь стремительным потоком

промывает мою печень, вымывает из печени все

соли, все шлаки, все продукты обмена.

32



Экспресс-настрои

Божественно чистой рождается печень. В нер вы

печени вливается гигантская Божественная сила.

В нервы печени вливается святая Божественная

сталь. Усиливаются, здоровеют-крепнут нервы печени. Вся область печени наполняется очень приятным молодым здоровым спокойствием. Вся обширная область печени новорожденно-прочно спокойна. Вся область печени легкая-легкая, абсолютно

невесомая.

Все структуры печени Божественно возрождают

молодое, 18-летнее, Богом созданное Божественно

здоровое строение. Сейчас печень рожается точно

такой же молодой, как в 18 лет, физиологически энергичной, активной, Божественно здоровой, не тронутой жизнью. Сейчас моя печень точно такая же, как

в 18 лет, новорожденно-молодая, энергичная, актив-ная, Божественно здоровая, не тронутая жизнью.

Сильный волевой самоконтроль

Мозговой центр воли усиливается, возрождает

свое молодое, 18-летнее строение. Способность к волевым усилиям с гигантской скоростью развивается.

Я с яркостью молнии чувствую себя юной красавицей с сильной, крепкой волей. Усиливается самообладание, усиливается выдержка. Усиливается самоконтроль.

Я постоянно контролирую себя. Я постоянно

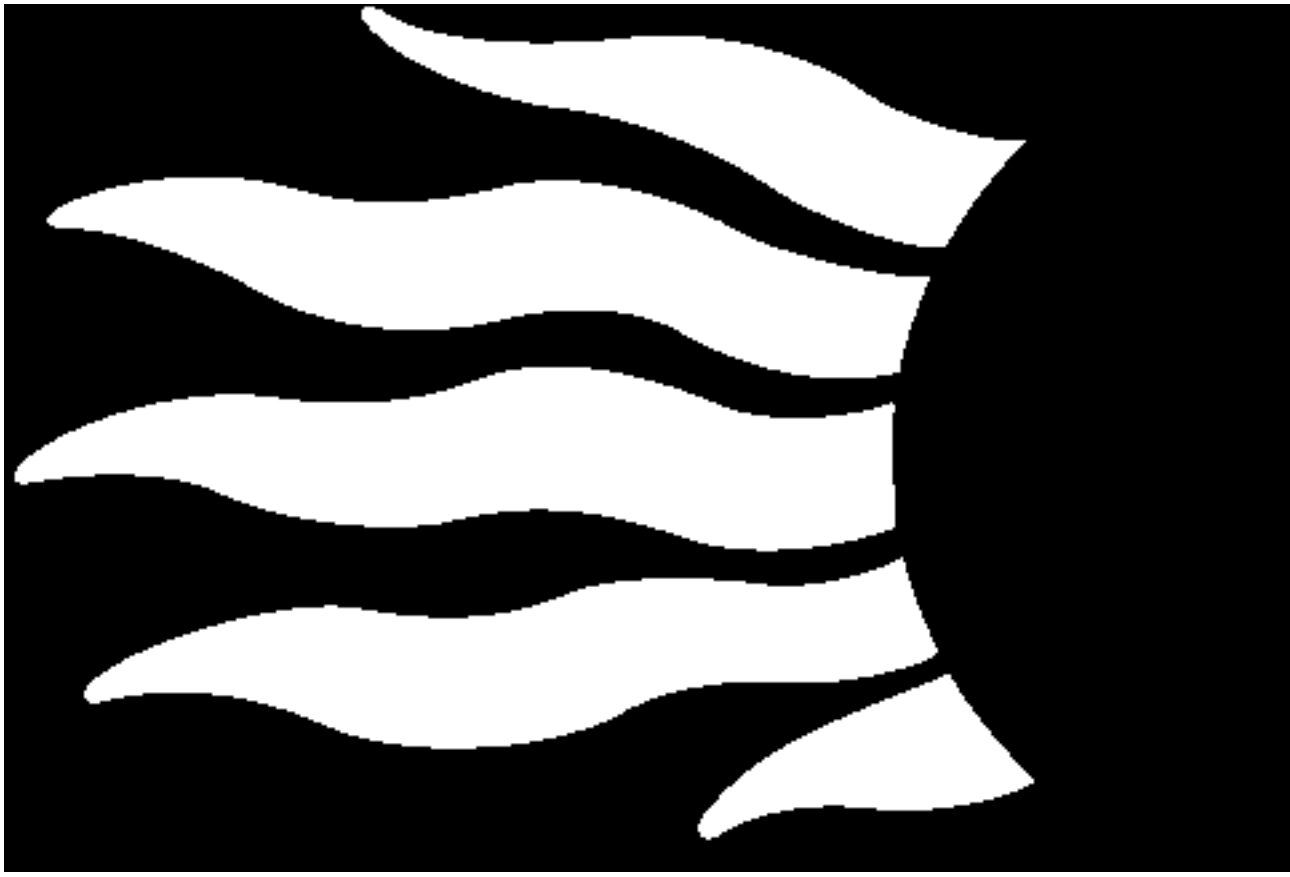
контролирую каждое свое движение. Я всегда постоянно контролирую каждое свое движение, каждое свое действие. Я постоянно контролирую, куда

что положила, что сделала, что еще осталось сделать. Я всегда знаю, где что лежит, никогда ничего

не ищу, всегда знаю, что уже сделано из того, что

надо было сделать, и что еще осталось сделать.

33



Г. Н. Сытин

Постоянно усиливается самоконтроль. Я постоянно контролирую себя. Непрерывно усиливается

выдержка. Усиливается самообладание. Я с титанической стойкостью сохраняю великолепное самочувствие, веселое, жизнерадостное настроение.

Я каждое мгновение радуюсь, свечусь счастьем. Радость жизни становится все более яркой, все более

сильной. Радость жизни полностью перекрывает все

трудности, все препятствия. Я с великим удовольствием живу на чудесном Божьем белом свете.

Молодые энергичные почки

В нервы поясницы, почек вливается святая Божественная сталь. Все нервы поясницы, почек усиливаются, здоровеют-крепнут. Поясница легкая, невесомая, новорожденно-прочно спокойная. А горячо

любимый Бог вливает в мои почки почти 18-летнюю

энергичную молодую радостную жизнь.

Молодая жизнь наполнила все мои почки насквозь. Молодая жизнь сейчас Божественно возродила молодые, 18-летние, энергичные, физиологически сильные почки. Сейчас, сейчас мои почки

точно такие же молодые, как в 18 лет, веселые, здоровые, не тронутые жизнью.

В поясницу, в почки сам Бог вливает молодую радостную жизнь. Вся поясница молодая, сильная, неутомимая. Молодые, энергичные, здоровые почки.

Вся обширная область почек новорожденно-прочно

спокойная. Вся обширная область поясницы, почек легкая-легкая, абсолютно невесомая. Молодые, энергичные, веселые почки.

Молодая жизнь полностью наполнила мои

почки. Мои почки сейчас Божественно родились

новорожденно-молодыми, Богом созданного Божественно здорового строения. Весь нервно-моз-

34



Экспресс-настрои

говой аппарат сердечно-сосудистой системы молодой, гигантски сильный, титанически стойкий, стальной.

Здоровые вены

Во всей сердечно-сосудистой системе сильные, стойкие, стальные нервы. В венах здоровеют, крепнут, усиливаются нервы. В вены Бог вливает молодую, энергичную, радостную жизнь. Вены в ногах, в

руках, во всем теле рождаются все более сильными, энергичными, все более ровными по всей своей длине

рождаются вены. В ногах, в руках вены рождаются все более сильными, все более ровными по всей

длине. Постоянно усиливающиеся вены в ногах, в

руках все более быстрым веселым-радостным потоком гонят кровь кверху, кверху — к сердцу.

В ногах, в руках быстрое молодое-веселое кровообращение. В кончиках пальцев обеих ног, обеих

рук пульс полный, сильного наполнения. В ногах, в

руках молодое быстрое-веселое кровообращение.

Стопы всегда теплые. Ладони всегда теплые, сухие.

На стопах, на кистях, как у ребенка, отсутствует

венозный рисунок.

Молодая упругая кожа закрывает вены. Крепкие упругие подкожные ткани закрывают вены. На

стопах, на кистях у меня, как у ребенка, полностью

отсутствует венозный рисунок. Во всех венах здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. Постоянно

усиливающиеся вены все более быстрым веселым-радостным потоком гонят кровь кверху, кверху — к

сердцу.

В ногах, в руках всегда весеннее, веселое, молодое, быстрое кровообращение. В кончиках пальцев

обеих ног, обеих рук пульс полный, сильного напол-



Г. Н. Сытин

нения. Полнокровной, веселой-радостной жизнью

живет мое молодое тело. Во всем теле весеннее, веселое, Божественно свободное, молодое, быстрое

кровообращение.

Кровообращение головы

Все кровеносные сосуды головы сейчас Божественно беспредельно расширяются, расширяются

по всей длине. В голове становится просторнее, еще

просторнее. В голове стало еще просторнее. В голове стало беспредельно просторно, как во Вселенной.

Вся голова наполнилась ярче солнца Божественным

светом. Вся насквозь голова ярко-ярко светлая.

В глазах ярко-ярко светло. Все кровеносные

сосуды головы Божественно беспредельно расширены по всей длине. В голове веселое, весеннее, быстрое, свободное кровообращение. По всем

кровеносным сосудам головы сейчас кровь течет

веселым, весенним, свободным потоком, как веселая, весенняя река в половодье в широком разливе. Божественно свободное, весеннее, веселое, свободное, широкое, свободное, широкое кровообращение головы.

Всем миллиардам нервных клеток кровь несет

прекрасное полноценное питание — кислород для

дыхания, ферменты — гормоны быстрого развития.

Головной мозг живет энергичной молодой веселой

жизнью. Все кровообращение головы сейчас веселое, весеннее. По всем кровеносным сосудам головы сейчас кровь течет, как веселая весенняя река в

половодье в широком разливе.

Свободным, широким потоком кровь течет по

всем кровеносным сосудам головы. Голова вся насквозь ярко-ярко светлая. В глазах ярко-ярко свет-



ло. Голова легкая, невесомая, титанически стойкая.

Нормальное, молодое артериальное давление крови — 120/80, 120/80. Голова легкая-легкая, абсолютно невесомая.

Сильная воля

В мозговой центр воли горячо любимый Бог постоянным космическим потоком вливает из Тонкого

мира гигантскую Божественную энергию быстрого

всестороннего развития. Мозговой центр воли физиологически усиливается, всесторонне развивается, возрождает свою новорожденную цельность.

Моя способность к волевым усилиям с гигантской скоростью развивается. С яркостью молнии

чувствую: я становлюсь юной красавицей со все

более сильной, все более крепкой волей. Мозговой

центр воли усиливается, развивается способность

к волевым усилиям. Я становлюсь человеком все

более сильной, все более крепкой воли.

Возрастает стойкость в жизни. Я с титанической стойкостью сохраняю великолепное самочувствие — наперекор всем вредным влияниям

внешней среды, наперекор всем противодейству-ющим силам. Я с яркостью молнии чувствую себя

сильнее всех темных сил, всех противодействующих сил. Наперекор всем вредным влияниям

внешней среды я сохраняю великолепное самочувствие, веселое настроение.

Я с яркостью молнии чувствую себя молодой веселой красавицей с сильной, крепкой волей. Я смотрю миру в лицо, ничего не боясь, и среди всех житейских ураганов и бурь непоколебимо стою, как

скала, о которую сокрушаются все противодействующие силы. Я твердо знаю: если все трудности

37



Г. Н. Сытин

вдруг неожиданно обрушатся на меня, им все равно

не сокрушить моей могучей воли, и потому я смотрю миру в лицо, ничего не боясь, и с титанической

стойкостью сохраняю великолепное самочувствие, веселое жизнерадостное настроение.

Стойкость сквозь непогоду

Наперекор всем изменениям погоды, наперекор

резким изменениям атмосферного давления с титанической стойкостью, стойкостью сохраняю великолепное самочувствие, веселое, жизнерадостное

настроение. Сквозь все изменения атмосферного

давления, сквозь все магнитные бури с титанической стойкостью сохраняется молодое, нормальное

артериальное давление крови — 120/80, 120/80.

С титанической стойкостью, стойкостью я сохраняю веселое, жизнерадостное настроение и

каждое мгновение радуюсь, свечусь счастьем жизни на чудесном Божьем белом свете. Нервная система физиологически усиливается, возрастает стойкость нервной системы. С титанической стойкостью

нервная система Божественно правильно, идеально

правильно управляет жизнью моего молодого прекрасного тела. Все внутренние органы энергично, Божественно правильно выполняют в организме

все свои многочисленные функции.

Все тело живет полнокровной, энергичной, веселой-радостной жизнью. Возрастает работоспособность. Я с великим удовольствием работаю над собой, развиваю свои способности, развиваю и укрепляю

свое здоровье, становлюсь все более стойкой в жизни.

Я с титанической стойкостью сохраняю великолепное

самочувствие, веселое жизнерадостное настроение.

Я каждое мгновение радуюсь, свечусь счастьем. Я ра-

38



Экспресс-настрои

дуюсь солнцу. Я радуюсь небу. Я с яркостью молнии

чувствую себя веселой, радостной, счастливой молодой красавицей, полной здоровья и сил.

Исчезают кисты на яичниках

Я приказываю иммунной системе растворить, превратить в атомарную пыль кисты на яичниках.

Я приказываю кровеносным сосудам в кистах крепко-накрепко закрыться на замок, с гигантской силой сжаться. Не пропускать в кисты ни одной молекулы питания.

Я полностью, тотально обескровила кисты на

яичниках. Я лишила кисты на яичниках всех источников существования. Лишенные всех источников

жизни, кисты на яичниках, тотально обескровлен-ные, тают, тают, исчезают, навсегда бесследно исчезают. Яичники Божественно возрождают свое

молодое, девичье, юное, Богом созданное строение, рождаются Божественно правильной величины, Божественно правильной формы.

Яичники физиологически активизируются, усиливаются, вырабатывают все больше ферментов-гормонов, которые активизируют все системы организма, усиливают иммунную систему. Постоянно

усиливающаяся иммунная система с гигантской Божественной энергией уничтожает кисты на яичниках. Кисты на яичниках тают, тают, уменьшаются, навсегда бесследно исчезают.

Яичники рождаются юными, девичьими, Богом

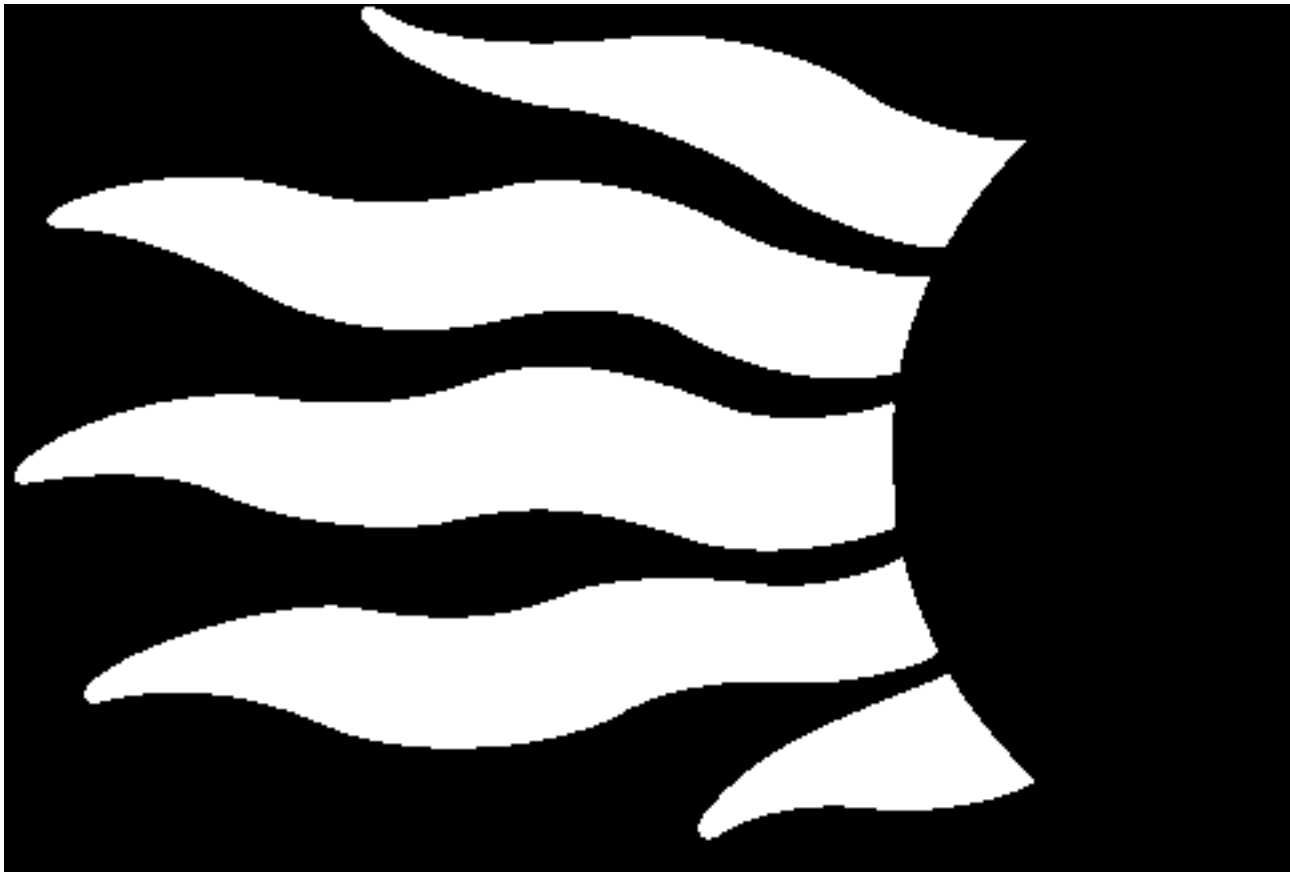
созданного Божественно правильного строения.

В нервы яичников, матки вливается святая Божественная сталь. Вся обширная область яичников

матки наполняется очень приятным, молодым, здоровым спокойствием. Вся область яичников матки

легкая-легкая, абсолютно невесомая.

39



Г. Н. Сытин

Лучезапястные суставы

Нервно-мозговой аппарат всех моих суставов

физиологически гигантски сильный. Во всех суставах крепкие, стальные нервы. В нервы плеч и

рук вливается святая Божественная сталь. В нервы лучезапястных суставов вливается святая Божественная сталь. В лучезапястных суставах молодые, крепкие, стальные, титанически стойкие, молодые нервы.

А Бог вливает в лучезапястные суставы животворящую, Божественную, 18-летнюю, молодую

жизнь. Молодая жизнь сейчас наполнила лучезапястные суставы, и они сейчас, сразу, Божественно возродили молодое, Божественно исправное, Богом созданное, идеально правильное, здоровое

строение.

Титанической силой своего воображения я с

яркостью молнии чувствую: мои лучезапястные

суставы Божественно исправные. В лучезапястных суставах новорожденная, абсолютно свободная, беззвучная, неслышная подвижность.

В моей ангельской, Божественной душе лучезапястные суставы горячо любимые. Я люблю свои

лучезапястные суставы великой Божественной

лю бовью.

В лучах моей великой Божественной любви лучезапястные суставы оживают, расцветают, заново

рождаются молодыми, 18-летними, Божественно

исправными, Божественно здоровыми, не тронутыми жизнью. С яркостью молнии чувствую в своих

руках юные, девичьи силы. С яркостью молнии чувствую себя Божественно здоровой, идеально здоровой, молодой, веселой, счастливой красавицей, полной здоровья и сил.

40



Экспресс-настрои

Молодые руки

В нервы плеч, рук вливается святая Божественная сталь. В моих плечах, в моих руках здоровеют-крепнут нервы. В кожные покровы, в подкожные

ткани плеч, рук, пальцев вливается молодая структурная внутриклеточная и межклеточная вода, которая все тело наполняет эластичностью, упругостью, всему телу придает первозданную свежесть

юности.

Сейчас с гигантской скоростью все кожные покровы, все подкожные ткани плеч, рук, пальцев возрождают новорожденно густую сеть коллагеновых

волокон, которые все тело превращают в сплошной

монолит. Кожные покровы, подкожные ткани новорожденно-молодые, 18-летние. Все тело плеч, рук, пальцев эластичное, упругое — точно такое же, как

в 18 лет, молодое, Божественно красивое, не тронутое жизнью.

Нервно-мышечная система

В нервно-мозговой аппарат мускулатуры сам Бог

вливает из Тонкого мира гигантскую Божественную энергию развития. Вся нервно-мышечная система развивается. Нервно-мозговой аппарат мускулатуры физиологически усиливается, рождается

титанически стойким, стальным. Во всех мышцах

здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. Все двигательные мозговые центры физиологически усиливаются, возрождают свое молодое, Божественно

здоровое строение.

Во всех мышцах здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. Нервно-мозговой аппарат мускулатуры

физиологически усиливается, рождается титаниче-

41



Г. Н. Сытин

ски стойким, гигантски сильным, стальным. Своими

волевыми усилиями я могу включить в мышечные

волокна сразу, одновременно, и за счет этого многократно возрастает моя сила. Вся мускулатура развивается, увеличивается в объеме, возрождает свое

молодое, 18-летнее строение, обладающее огромной

физической силой, и за счет этого многократно возрастает моя физическая сила.

Вся мускулатура начинает развиваться, увеличи-ваться в объеме, возрождать свое 18-летнее строение, обладающее огромной физической силой. Вся

нервно-мышечная система становится все более

стойкой, все более стойкой.

С яркостью молнии чувствую себя способной со-вершать точные, плавные движения. У меня титанически стойкая нервно-мышечная система. Нервно-мозговой аппарат мускулатуры гигантски сильный, титанически стойкий, крепкий, стальной. Во всех

мышцах новорожденно здоровые, сильные, крепкие, стальные нервы.

Проводящая система сердца

Бог вливает в мое сердце животворящую Божественную молодую жизнь. Молодая жизнь наполняет все мое сердце насквозь. Молодая жизнь заново

рождает сердце молодым, 18-летним, Божественно

здоровым, не тронутым жизнью. Проводящая система рождается Божественно молодой, новорожденно цельной, Божественно исправной, не тронутой жизнью.

Рождается Божественно правильная, идеаль-но правильная работа сердца. Рождается устойчи-вый правильный, ритмичный пульс — 72, 72 удара

в минуту. Все промежутки времени между ударами

42



Экспресс-настрои

пульса точно одинаковы. Все удары пульса одинаковой нормальной силы молодого могучего веселого сердца. С титанической стойкостью сохраняется здоровый, правильный, ритмичный пульс —

72 удара в минуту.

Очистка сердца

Все кровеносные сосуды сердца Божественно

беспредельно расширились по всей длине. По всем

кровеносным сосудам сердца кровь течет свободным, широким, радостным потоком. Со всех стенок

кровеносных сосудов сердца кровь стремительным

потоком смывает все отложения солей, все шлаки, все продукты обмена.

Кровь стремительным потоком промывает все кровеносные сосуды сердца. Кровь промывает все сердце насквозь, вымывает из сердца все соли, все шлаки, все продукты обмена. Новорожденно-чистым, Божественно чистым рождается сердце. Все кровеносные

сосуды сердца рождаются Божественно чистыми, свободными.

По всем кровеносным сосудам сердца кровь течет веселым, весенним, свободным, широким потоком, как веселая весенняя река в половодье в широком разливе. Божественно свободное, весеннее, веселое быстрое кровообращение сердца. Кровь

несет сердцу в избытке прекрасное полноценное

питание, в избытке кислород для дыхания, ферменты — гормоны всестороннего развития. Расцветает, развивается, здоровеет-крепнет сердце.

Будучи всем обеспечено, расцветает, развивается, здоровеет, крепнет сердце. Божественно чистым, биологически чистым рождается сердце.

43



Г. Н. Сытин

Возрастает работоспособность

Здоровеет-крепнет, усиливается сердце. Во всем

теле Божественно свободное, быстрое-веселое кровообращение. Все тело живет полнокровной, молодой, энергичной, радостной жизнью. Во всем теле

гигантская неиссякаемая молодая энергия бьет

ключом. Я становлюсь энергичнее, быстрее. Сердечно-сосудистая система развивается, усиливается. Здоровеет-крепнет, усиливается сердце.

Все тело живет полнокровной, энергичной, радостной жизнью. Во всем теле молодая сила бьет

ключом. Все внутренние органы расцветают, рождаются все более энергичными, физиологически все

более сильными.

Все внутренние органы все более энергично, Божественно правильно выполняют в организме все

свои многочисленные функции. Вся нервная система развивается, физиологически усиливается. Все

миллиарды нервных клеток увеличивают свои энергетические запасы.

Возрастает умственная работоспособность. Возрастает физическая работоспособность. Я становлюсь в жизни энергичнее, активнее. Рождается огромная потребность в физической работе. Я с огромным

удовольствием выполняю любую физическую работу.

Возрастает работоспособность в области работы над

собой, я с огромным удовольствием развиваю, совершенствую себя. Возрастает общая работоспособность.

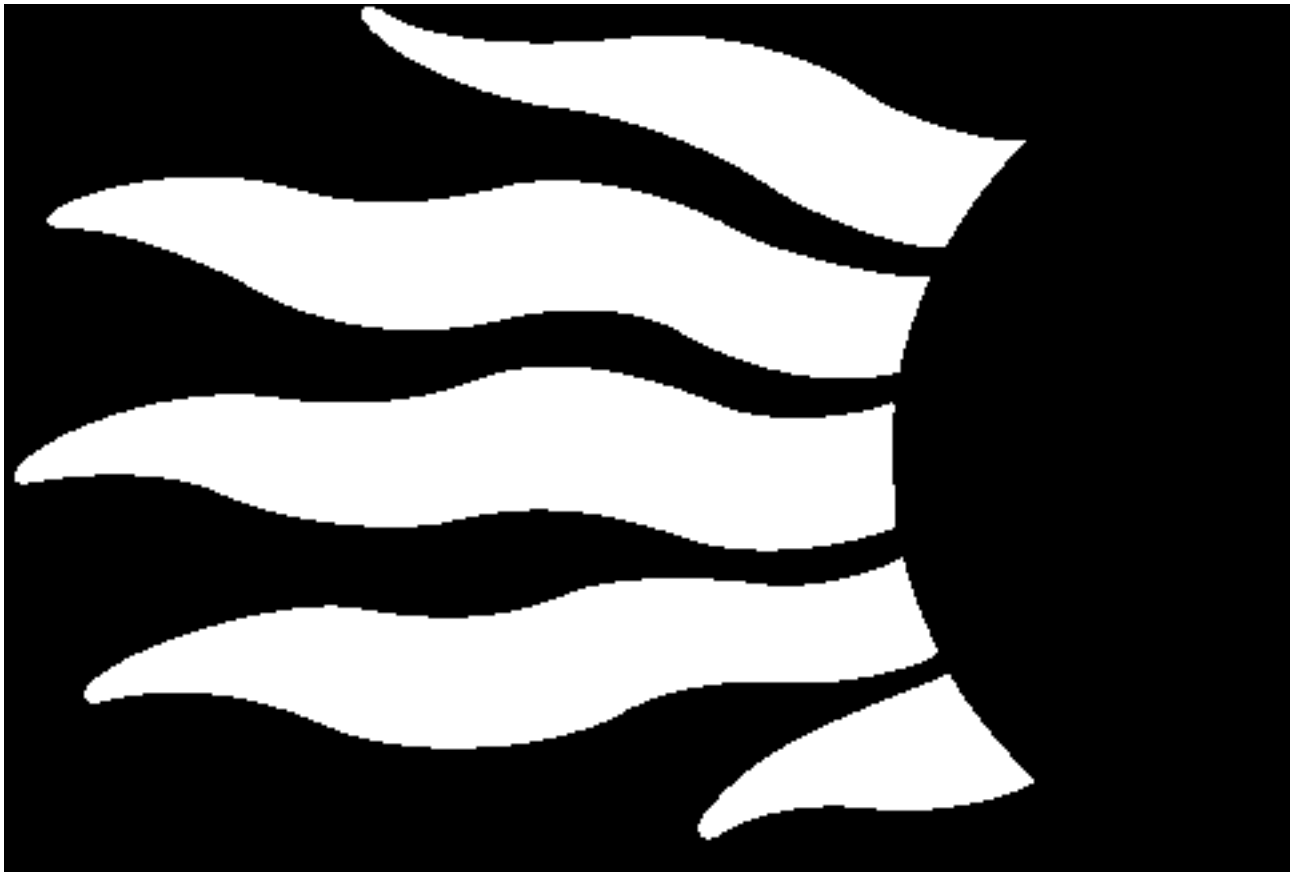
Я становлюсь все более работоспособной молодой, веселой красавицей, полной здоровья и сил.

Исчезают спазмы мозговых сосудов

С моего жизненного пути Господь убрал все

препятствия, все трудности. Открылась великая

44



Экспресс-настрои

перспектива жизни. Все пути, все дороги откры-лись в веселую счастливую радостную жизнь. Все

кровеносные сосуды головного мозга Божественно

расширились, беспредельно расширились по всей

длине.

По всем кровеносным сосудам головного мозга

кровь течет веселым, весенним свободным потоком, как веселая весенняя река в половодье в широком

разливе. Божественно свободное кровообращение

внутри головного мозга. Все кровеносные сосуды

внутри головного мозга продолжают Божественно

беспредельно расширяться, расширяться. В голове

становится свободнее, еще свободнее. Кровообращение головы Божественно свободное, абсолютно

свободное.

Кровь несет всем миллиардам нервных клеток

головного мозга прекрасное полноценное питание, ферменты — гормоны быстрого развития. Все

миллиарды нервных клеток Божественно возрождают, совершенствуют свой молодой, 18-летний, активный полноценный биохимический состав, обеспечивающий все более быстрое протекание

всех рабочих внутриклеточных физиологических

процессов.

Вся нервная система работает быстрее, энергичнее, быстрее, энергичнее. Все кровеносные сосуды

внутри головного мозга Божественно беспредельно

расширились. Божественно свободное, абсолютно

свободное кровообращение внутри головного мозга.

Исцеление от полипа шейки матки

Бог постоянным космическим потоком влива-ет в шейку матки святое Божественное исцеление.

В нервы шейки матки Бог вливает святую Божест-

45



Г. Н. Сытин

венную сталь. Все живые клетки, все живые ткани, все структуры шейки матки, Богом исцеленные, возрождают Богом созданное, идеально правильное, здоровое строение.

Я приказываю всем кровеносным сосудам полипа в шейке матки крепко-накрепко закрыться, сжаться, не пропускать в полип ни одной молекулы питания. Тотально обескровленный, полип

шейки матки сразу вянет, отмирает, навсегда бесследно исчезает. Шейка матки возрождает свое

Богом созданное, идеально правильное, здоровое строение. Титанической силой своего воображения я с яркостью молнии ощущаю, чувствую

с яркостью молнии, знаю: навсегда исчез полип в

шейке матки.

Все структуры шейки матки Божественно возродили Богом созданное, Божественно здоровое, идеально правильное строение. И я с яркостью молнии чувствую себя исцеленной самим Богом, Божественно здоровой молодой женщиной, способной

рожать здоровых, крепких, долголетних детей, и

это наполняет все мое тело победной, торжествующей радостью жизни. С яркостью молнии чувствую

себя несокрушимо здоровой молодой красавицей, полной здоровья и сил.

Усиливается память

Все мозговые механизмы памяти активизируются, усиливаются. Все мозговые механизмы памяти Бог наполняет гигантской энергией развития из

Тонкого мира. Все механизмы памяти в моей душе

с гигантской скоростью Божественно развиваются, усиливаются в миллионы раз. Память становится

все более яркой, все более сильной.

46



Экспресс-настрои

Ускоряется запоминание. Возрастает объем памяти. Память всех видов становится все более сильной. С яркостью молнии чувствую: усиливается зри-тельная память. С яркостью молнии чувствую: я

могу ярко, твердо запомнить слова, которые читаю

по иностранному словарю.

Усиливается музыкальная память. Достаточно

один раз прослушать музыкальное произведение, как я его ярко, твердо запоминаю. Усиливается память всех видов. Возрастает, усиливается словесно-логическая память. Усиливаются механизмы

припоминания. Мои знания становятся все более

энергичными, все более активными. Усиливаются

механизмы припоминания. Все, что нужно припомнить в жизни, я припоминаю сразу, мгновенно, как

будто все, что нужно припомнить, уже лежит у меня

перед глазами в готовом виде, как на ладони.

Ускоряются процессы запоминания. Возрастает объем памяти. Усиливаются механизмы припоминания. Расцветает, усиливается память. Память

становится все более яркой, все более сильной. Все, что нужно в жизни припомнить, я припоминаю сразу, быстро, надолго.

Я люблю свои глаза

В моей ангельской, Божественной душе глаза

горячо любимые. В моей ангельской, Божественной

душе все помыслы чистые, все чувства светлые. Мои

глаза — как зеркало души — Божественно чистые, как у ребенка. Мои глаза яркие-яркие, огромного, молодого объема. Мои глаза гигантски сильные.

Мои глаза выразительные, волевые, умные, жен-ственные, Божественно прекрасные.

47



Г. Н. Сытин

Я люблю свои глаза великой Божественной любовью. В лучах моей великой Божественной любви

мои глаза оживают, расцветают, постоянно возрождают свой огромный, юный, девичий объем.

Глаза становятся все более яркими, светящимися
все более ярким, Божественным светом. Мои глаза
всегда первозданно широко открыты. Я смотрю на
Божественно прекрасный Божий мир первозданно широко открытыми, Божественно прекрасными
глазами.

Мое зрение усиливается. Мое зрение Божественно усиливается. Мой взгляд усиливается. Мое зрение
Божественно рождается точно таким же — 18-летним, гигантски сильным, острым, орлиным. С яркостью молнии чувствую: мои глаза молодые, Божественно здоровые, яркие-яркие, гигантски сильные, Божественно прекрасные. С яркостью молнии чувствую себя Божественно прекрасной, веселой, счастливой, молодой красавицей, полной здоровья и сил.

Молодые быстрые неутомимые ноги
В нервы поясницы, ног вливается гигантская
Божественная физиологическая сила. В нервы поясницы, ног вливается святая Божественная сталь.

Все нервы поясницы, ног усиливаются, здоровеют-крепнут. Все суставы возрождают свое молодое-юное строение. Вся мускулатура поясницы, ягодиц, ног с гигантской скоростью развивается, увеличивается в объеме, возрождает свое молодое, 18-летнее строение, обладающее огромной физической силой. Мои ноги сейчас Божественно рождаются точно такими же, как в 18 лет, — сильными, быстрыми, неутомимыми. А горячо любимый Господь Бог Всемогущий постоянным космическим

48



Экспресс-настрои
потоком вливает в мои ноги 18-летнюю, молодую, энергичную, радостную жизнь.

Все структуры моих ног наполняются гигантски энергичной, молодой, радостной жизнью. Все

структуры ног Божественно возрождают 18-летнее, молодое, Богом созданное строение. Тазобедренные

суставы, коленные суставы, голеностопные суставы

Божественно рождаются 18-летними, исправными, Божественно здоровыми, не тронутыми жизнью.

В ноги вливается животворящая Божественная молодая жизнь.

Ноги все насквозь наполняются молодой, веселой-радостной жизнью. Мои ноги сейчас Божественно заново рождаются 18-летними, молодыми, Богом

созданного Божественно здорового строения. С яркостью молнии чувствую: сейчас, сейчас мои ноги

точно такие же, как в 18 лет, — молодые, сильные, неутомимые. Мои ноги быстрые, сильные, молодые.

Оздоровление костей

Нервно-мозговой аппарат костей Божественно

здоровый, молодой, физиологически гигантски сильный. Во всех костях стальные, крепкие, сильные, не-тронутые нервы. Во всех костях новорожденно густая сеть кровеносных сосудов. Все костные ткани, все кости живут полнокровной, полнокровной, энергичной, радостной жизнью. Костный мозг во всех

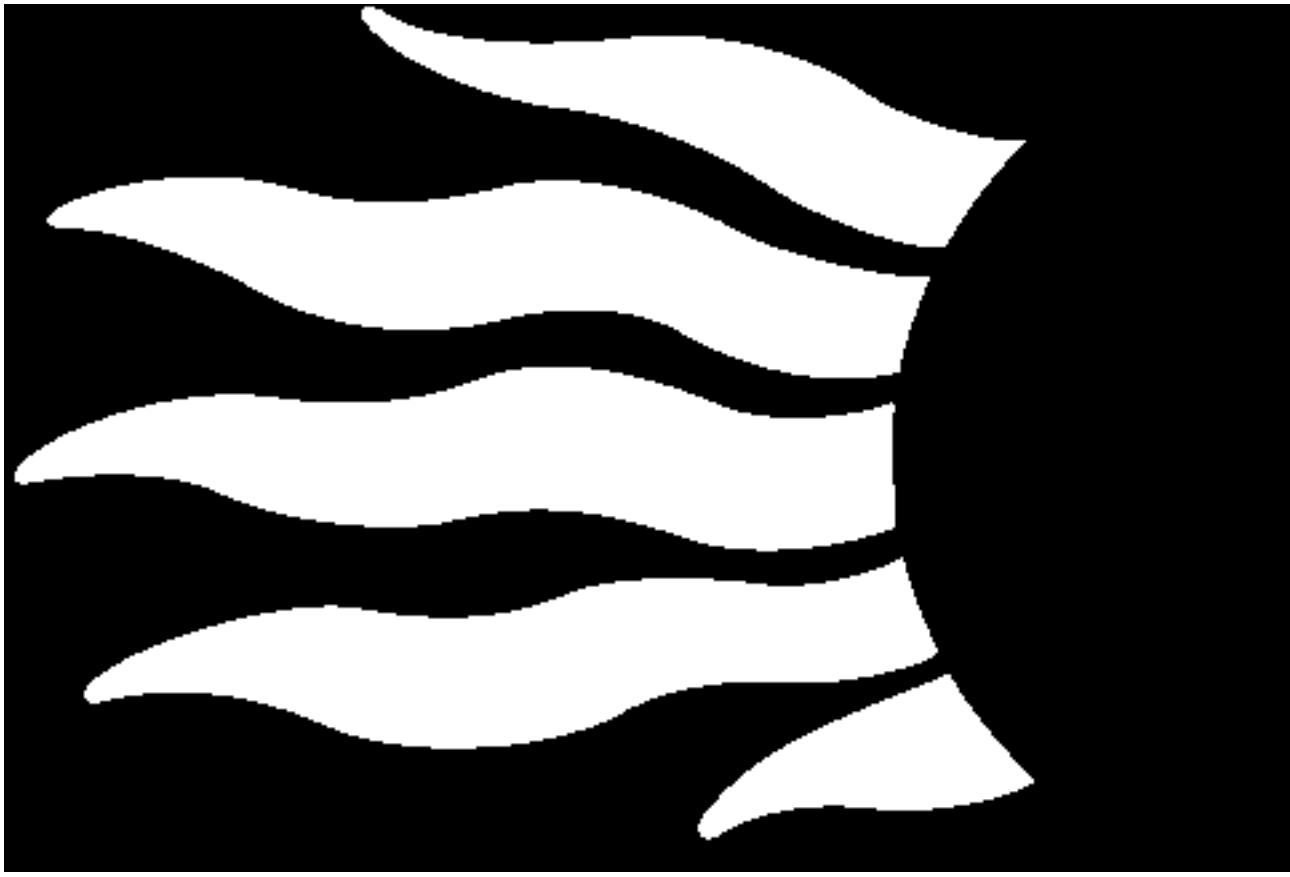
костях оживает, физиологически усиливается, вырабатывает молодую, здоровую, горячую кровь.

Все кости оживают, расцветают. В моей ангельской, Божественной душе кости горячо любимые.

Я люблю свои кости великой Божественной любовью.

В лучах моей великой Божественной любви все кости оживают, расцветают, постоянно возрождают

49



Г. Н. Сытин

свое молодое строение. Мои кости упругие, несокрушимо прочные, они имеют Богом созданное, молодое, 18-летнее, Божественно здоровое строение.

Титанической силой своего воображения я с

яркостью молнии чувствую свои кости молодыми, упругими, несокрушимо прочными, Божественно

здоровыми, не тронутыми жизнью. Всемогущий, горячо любимый Господь Бог заложил в структуры моей наследственности молодые, упругие, несокрушимо прочные, здоровые кости — в течение

многих веков. Титанической силой своего воображения я ощущаю, чувствую, вижу, знаю свои кости

в будущих веках молодыми, упругими, несокрушимо

прочными, с Божественно здоровым, Богом созданным 18-летним строением.

Титанической силой своего воображения я с

яркостью молнии вижу в будущих веках весь свой

опорно-двигательный аппарат Божественно исправным, Божественно здоровым, молодым, 18-летним, не тронутым жизнью. И это наполняет меня победной, торжествующей радостью жизни. Веселый огонек ярко светится в моих глазах. Вся душа поет от

счастья, от радости жизни на чудесном Божьем белом свете. А жизнь моя на чудесном Божьем белом

свете действительно так изумительно прекрасна!

Молодой здоровый позвоночник

В нервы позвоночника вливается святая Божественная сталь. По всему позвоночнику здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. А горячо любимый Господь Бог Всемогущий вливает в позвоночник постоянным космическим потоком здоровую, молодую, радостную жизнь. Молодая жизнь сейчас

весь позвоночник наполняет, весь позвоночник за-

50



Экспресс-настрои

ново рождает молодым, Божественно здоровым, не

тронутым жизнью.

Все межпозвонковые связки Божественно рождаются 18-летними, молодыми, эластичными, упругими, несокрушимо прочными. Все межпозвонковые

хрящевые диски Божественно рождаются 18-летними, молодыми, толстыми, упругими, несокрушимо

прочными. Позвоночник сейчас рождается молодым, подвижным, гибким, несокрушимо прочным.

В позвоночник вливается молодая радостная

жизнь. Весь позвоночник сейчас новорожденно-молодой, 18-летний, Божественно исправный, Богом созданного идеально правильного строения.

Я могу свободно наклоняться во все стороны.

Я могу работать, наклонившись, часами напролет. В области позвоночника сохраняется приятно-молодое здоровое спокойствие. Весь позвоночник молодой, Божественно здоровый, идеально исправный, Богом созданного идеально правильного

строения.

Оздоровление кишечника

В моей ангельской, Божественной душе кишечник

горячо любимый. Я люблю свой кишечник великой

Божественной любовью. В лучах моей великой Божественной любви кишечник оживает, расцветает, возрождает свое молодое, 18-летнее Богом созданное строение. Мой кишечник молодой, 18-летний, энергичный, активный. В нервы желудка и кишечника сам Бог вливает святую Божественную сталь.

В желудке и в кишечнике здоровеют-крепнут, усиливаются нервы.

Бог постоянным космическим потоком вливает в

мой кишечник молодую, 18-летнюю, энергичную, ра-

51



Г. Н. Сытин

достную жизнь. Мой кишечник молодой, 18-летний, Божественно здоровый, физиологически гигантски

сильный, не тронутый жизнью. В лучах моей великой Божественной любви кишечник расцветает, здоровеет, возрождает свое молодое, юное, 18-летнее, Богом созданное здоровое строение.

Весь живот легкий, невесомый. Весь живот новорожденно-прочно спокойный. Желудок и кишечник Божественно здоровые. Бог заложил в мою

наследственность Божественно здоровый кишечник — в течение многих веков. Титанической силой

своего воображения я вижу в будущих веках свой

кишечник, всю систему пищеварения Божественно здоровой, молодой, энергичной, не тронутой

жизнью.

А Бог вливает в нервы желудка и кишечника святую Божественную сталь. В желудке и кишечнике

здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. В желудке

и кишечнике все нервы сильные, титанически здоровые, стойкие. Кишечник Божественно здоровый, кишечник первозданно стойко здоровый. Мой кишечник титанически стойко здоровый — в течение

многих веков. Я с яркостью молнии ощущаю, чувствую себя несокрушимо здоровой, энергичной, сильной, прекрасной молодой красавицей, полной

здоровья и сил.

Здоровый суточный цикл жизни

В течение всей ночи одинаково крепкий, одинаково глубокий, здоровый сон. Когда я ложусь вечером

спать, едва моя голова коснется подушки, я сразу же

погружаюсь в море крепкого, глубокого, здорового

сна. Я сразу же засыпаю райским, блаженным здоровым сном на всю ночь до самого утра.

52



Экспресс-настрои

В течение всей ночи одинаково здоровый, одинаково глубокий, крепкий сон. Утром легкое, быстрое, веселое пробуждение. Веселой, жизнерадостной

молодой красавицей я вступаю в новый день своей Божественно прекрасной жизни. Утром во всем

теле гигантская неиссякаемая энергия жизни бьет

ключом. Во всем теле молодая сила бьет ключом. Во

всех миллиардах нервных клеток гигантская неиссякаемая энергия молодости бьет ключом.

Вся нервная система молодая, энергичная, утром

веселое жизнерадостное настроение, великолепное

самочувствие. В течение всего дня я каждое мгновение радуюсь жизни, свечусь счастьем. Я каждое

мгновение радуюсь, свечусь счастьем. В течение всего дня титанически стойкое великолепное самочувствие, веселое, жизнерадостное настроение.

В течение всего дня веселый огонек ярко светится в моих глазах. Вся душа поет от счастья, от радости жизни. В течение всей ночи здоровый-крепкий, глубокий сон. В течение всего

дня — от пробужде-ния утром до отхода ко сну вечером — титанически стойкое великолепное самочувствие, веселое, жизнерадостное настроение. Я каждое мгновение

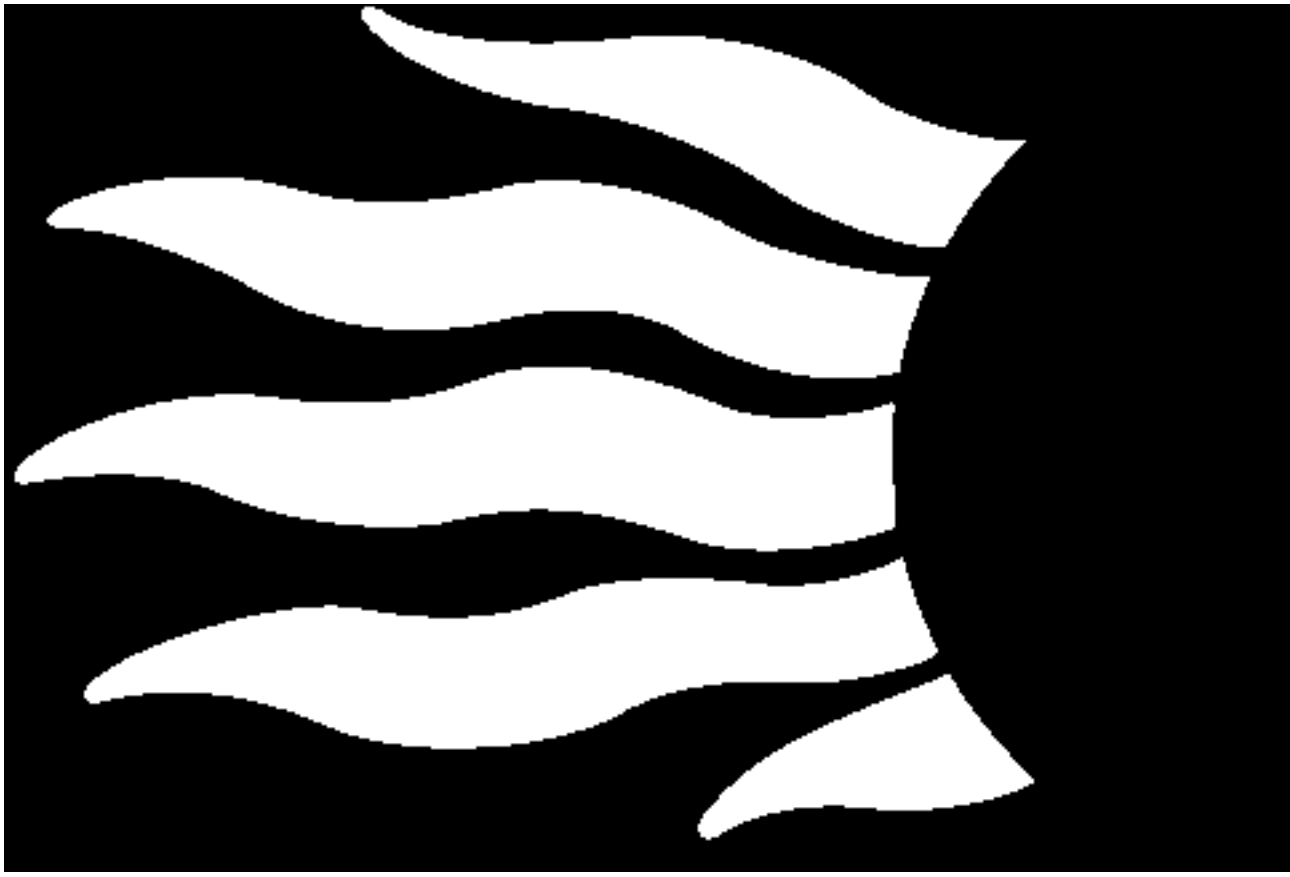
радуюсь, свечусь счастьем жизни на чудесном Божьем белом свете, а жизнь моя действительно так изумительно прекрасна.

Молодая энергичная

поджелудочная железа

В нервы желудка, поджелудочной железы вливается святая Божественная сталь. Все нервы желудка, поджелудочной железы усиливаются, здоровеют-крепнут. Все нервы желудка, поджелудочной железы физиологически гигантски сильные, титанически

53



Г. Н. Сытин

стойкие, стальные. Вся область желудка, поджелудочной железы новорожденно-прочно спокойна.

Во все структуры поджелудочной железы горячо любимый Господь Бог Всемогущий постоянным

космическим потоком из Тонкого мира вливает гигантскую Божественную силу. Все структуры поджелудочной железы наполняются гигантской Божественной силой. Все структуры поджелудочной

железы активизируются, физиологически усиливаются. Вся поджелудочная железа Божественно

рождается энергичной, физиологически гигантски

сильной.

А Бог вливает в поджелудочную железу животворящую, Божественную, гигантски энергичную, веселую молодую жизнь. Молодая веселая жизнь

наполнила поджелудочную железу вся насквозь.

Поджелудочная железа сейчас, сейчас Божественно

родилась точно такой же молодой, 18-летней, энергичной, веселой, не тронутой жизнью.

Вся обширная область желудка, поджелудочной

железы легкая-легкая, абсолютно невесомая. Я с яркостью молнии ощущаю, чувствую себя Божественно прекрасной, несокрушимо здоровой, молодой

красавицей, полной здоровья и сил.

Я люблю свои губы

В моей ангельской, Божественной душе губы

горячо любимые. Я люблю свои губы великой Божественной любовью. В лучах моей великой Божественной любви мои губы расцветают, возрождают

свою детскую полноту, возрождают свой красивый

детский рисунок, наполняются сочным ярко-красным цветом. Мои губы рождаются Божественно

54



Экспресс-настрои

красивыми. Рождается детский, красивый, четкий

рисунок губ.

Губы рождаются красивыми, как резными, детски полными, ярко-красными, как маки. Я люблю

свои полные, Божественно красивые губы. Я с яркостью молнии чувствую себя божественно прекрасной красавицей. Все мое лицо возрождает свою

молодую, детскую полноту. Мои губы постоянно

возрождают свою детскую полноту, постоянно возрождают свой красивый, четкий, детский рисунок, постоянно наполняются сочным, ярко-красным

цветом.

Я люблю свои Божественно красивые, полные, прекрасные губы. С яркостью молнии я чувствую

себя юной, веселой, прекрасной красавицей, полной

здоровья и сил.

Развитие иммунной системы

Господь Бог Всемогущий, горячо любимый вливает в нервно-мозговой аппарат иммунной системы, во все структуры иммунной системы гигантскую

Божественную силу. Бог вливает в иммунную систему превеликую силу жизни Вселенной.

Нервно-мозговой аппарат иммунной системы

физиологически усиливается. В костном мозге, во

всех костях здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. В костный мозг всех костей вливается гигантски

энергичная молодая жизнь.

В печень, в селезенку Бог вливает гигантскую

энергию из Тонкого мира. Бог вливает в лимфатическую систему гигантскую энергию из Тонкого мира, вливает превеликую силу жизни Вселенной. Кровь

рождается молодой, юной, гигантски энергичной.

55



Г. Н. Сытин

Вся система кроветворения усиливается, усиливается, физиологически усиливается в миллионы

раз. Усиленная иммунная система с титанической

Божественной силой убивает, уничтожает в моем

молодом здоровом теле все вирусы, все болезнетворные микробы

Мое тело рождается Божественно здоровым, абсолютно стерильным. Все вредоносные микробы

в моем теле с гигантской силой убивает, уничтожает

иммунная система. Во всех суставах иммунная система убивает наповал, уничтожает ревматические

вирусы. Весь опорно-двигательный аппарат рождается Божественно здоровым.

Иммунная система с гигантской Божественной

энергией возрождает, возрождает 18-летнее, молодое строение всех внутренних органов, всех структур моего тела. Все мое тело Божественно рождается новорожденно-молодым, 18-летним, Богом созданного идеально правильного строения.

Развитие эндокринной системы

В нервно-мозговой аппарат эндокринной системы

горячо любимый Бог вливает из Тонкого мира гигантскую Божественную энергию развития. Нервно-мозговой аппарат эндокринной системы сейчас Божественно усиливается, физиологически усиливается.

Во всей эндокринной системе, во всех железах

внутренней секреции здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. Весь нервно-мозговой аппарат желез

внутренней секреции сейчас Божественно рождается физиологически гигантски сильным, титанически стойким, стальным.

Во всех железах внутренней секреции усиливаются, здоровеют-крепнут нервы. Все железы внут ренней

56



Экспресс-настрои

секреции активизируются, физиологически усиливаются. Гипофиз усиливается физиологически, рождается гигантски сильным. С Божественной энергией

он расщепляет на углекислоту и воду весь ненужный

моему телу лишний жир в области живот, талии, таза, ягодиц, бедер. Живот с гигантской скоростью худеет, уменьшается в объеме, с гигантской скоростью рождается тонкая молодая красивая талия.

Все формы тела возрождают свой молодой 18-летний объем. Рождается молодая, легкая-гибкая, стройная-красивая фигура. Половые железы-яичники резко активизируются, физиологически усиливаются, вырабатывают все больше, все больше

гормонов, которые усиливают иммунную систему, нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Все

внутренние органы оживают, расцветают, физиологически усиливаются.

Все мое тело наполняется огромным количе-ством ферментов-гормонов всестороннего развития. Все внутренние органы резко активизируются, физиологически усиливаются, все более энергично, Божественно правильно, идеально правильно

выполняют в организме все свои многочисленные

функции. Все системы организма физиологически

усиливаются. Все тело расцветает, возрождает свою

гигантскую молодую энергию, а Бог вливает во все

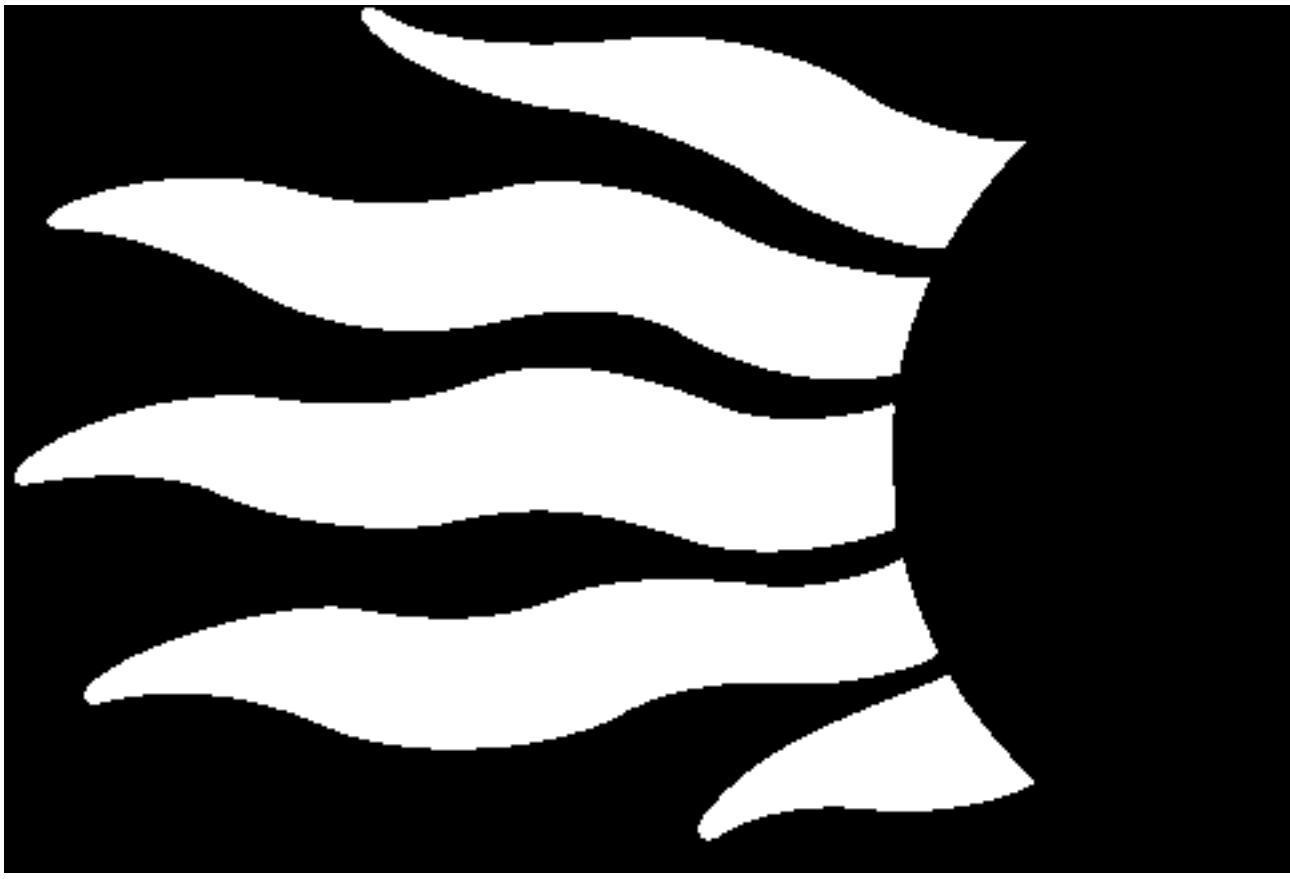
железы внутренней секреции из Тонкого мира гигантскую энергию всестороннего развития.

Бог вливает во все железы внутренней секреции, во все железы эндокринной системы гигантскую

Божественную физиологическую силу. Вся эндокринная система физиологически усиливается, вырабатывает все больше ферментов, все больше гормонов, которые активизируют жизнь всего моего

молодого, полнокровного тела.

57



Г. Н. Сытин

Все тело живет полнокровной, все более энергичной, все более веселой-радостной жизнью. Во

мне гигантская молодая энергия бьет ключом.

Я становлюсь энергичнее, быстрее. Рождается молодая-легкая, гибкая-стройная фигура. Во всем

теле гигантская Божественная сила жизни бьет

ключом.

Усиливается защита сердца

Головной мозг физиологически усиливается, возрастает стойкость идеально правильной работы головного мозга. Головной мозг все более энергично, со все большей силой не пропускает в сердце никаких вредных влияний внешней среды. Мое

молодое любимое сердце работает под надежной, непробиваемой защитой головного мозга.

Сердце живет Божественно свободной, молодой, веселой-радостной жизнью. Я с яркостью молнии

чувствую: сердце живет под надежной защитой головного мозга. Головной мозг все более энергично, со все большей силой не пропускает в сердце никаких вредных влияний внешней среды. Божественно

правильно, идеально правильно работает нервно-мозговой аппарат сердца.

Божественно здоровое молодое сердце оживает, расцветает под непробиваемой защитой головного

мозга. А головной мозг все более энергично, со все

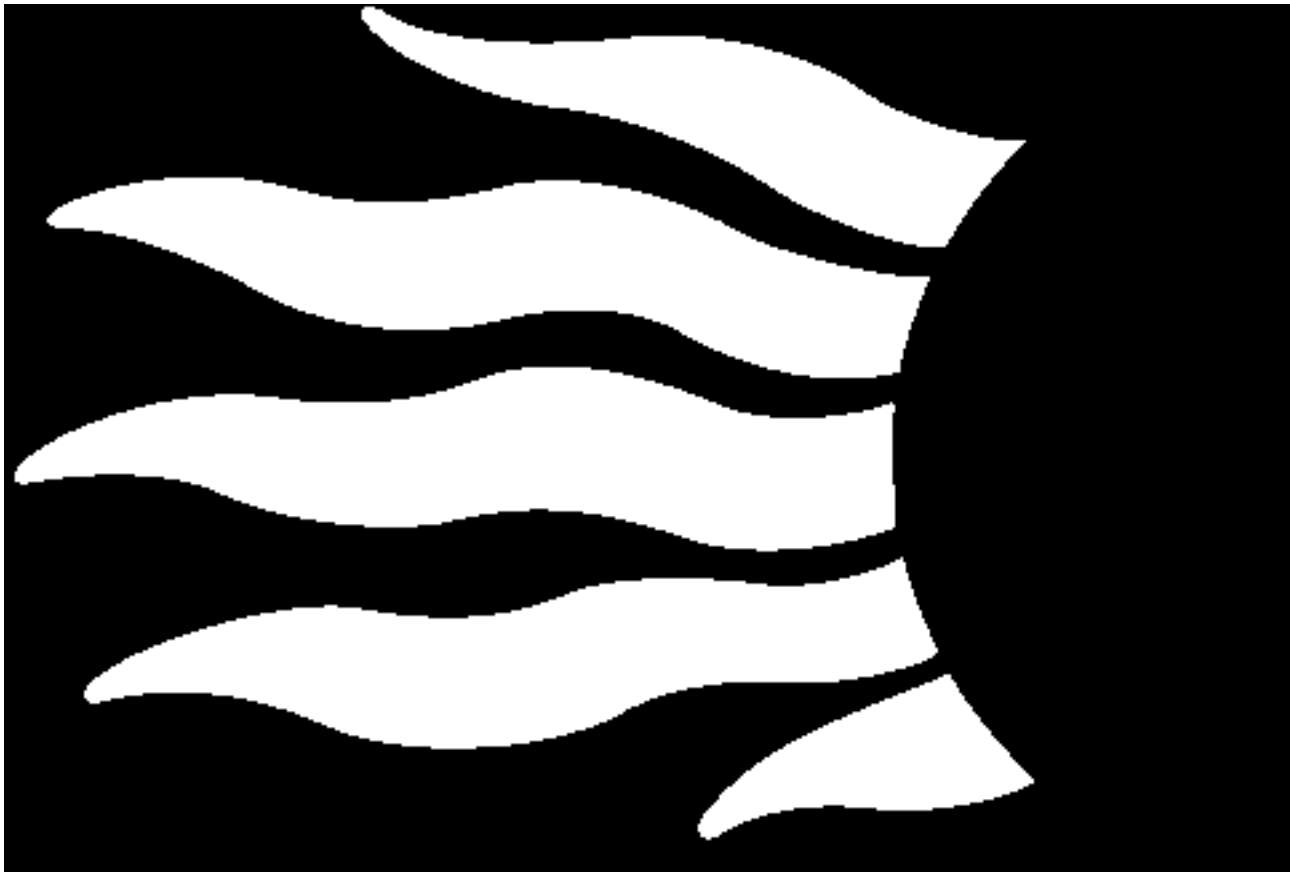
большей силой не пропускает, не пропускает в сердце никаких волнений, никаких вредных влияний

внешней среды. Божественно свободно, весело-радостно-счастливо живет мое сердце под надежной

защитой головного мозга. Расцветает, всесторонне

развивается, здоровеет-крепнет сердце.

58



Экспресс-настрои

Божественное усиление любви

Чувство любви развивается, усиливается, механизмы любви в моей доброй, ангельской душе развиваются, усиливаются. Все более яркой, все более

сильной становится любовь к Богу, любовь к Природе, ко всей Вселенной. Я все сильнее люблю детей, люблю своих близких людей. Механизмы любви в

моей душе усиливаются.

В механизмы любви в моей душе Бог вливает

гигантскую Божественную силу из Тонкого мира.

В моей душе механизмы любви усиливаются, усиливаются в миллионы раз. Нервно-мозговой аппарат, нервно-мозговой механизм усиливают, физиологически усиливают чувство любви в десятки, сотни

раз. Нервно-мозговые механизмы любви усиливаются, усиливаются. Моя любовь становится все более яркой, все более сильной.

Чувство любви развивается, усиливается. Я все

сильнее, я все сильнее люблю детей, люблю близких

людей. Я все сильнее люблю Бога. Любовь к Богу

становится все более яркой, все более сильной. Любовь к Богу согревает мою душу, наполняет мое тело

гигантской Божественной энергией любви.

Энергия любви возрастает. Вся душа наполняется светлыми Божественными чувствами. Я с яркостью молнии чувствую, как усиливается моя любовь к детям, к близким людям. Я все сильнее люблю

Божественно прекрасную Природу. Я все сильнее, все сильнее люблю горячо любимого Бога. Любовь

к мужу усиливается, становится все более яркой, все более сильной. Вся душа наполняется светлой

Бо жественной любовью. Я с яркостью молнии чувствую себя Божественно прекрасной, любящей молодой красавицей, полной здоровья и сил.

59



Г. Н. Сытин

Усиление биополя

Бог вливает в мою душу постоянным космическим
потоком из Тонкого мира гигантскую Божественную
энергию развития. Моя душа постоянно всесторонне
развивается, Божественно усиливается.

Во все миллиарды нервных клеток горячо любимый Бог постоянным космическим потоком вливает

из Тонкого мира гигантскую Божественную энергию быстрого всестороннего развития. Все миллиарды нервных клеток Божественно всесторонне

развиваются, усиливаются, увеличивают свои энергетические запасы.

Усиливается мое биополе. А Господь Бог Всемогущий, горячо любимый продолжает постоянным космическим потоком вливать из Тонкого мира

энергию быстрого всестороннего развития.

Вся душа развивается, все структуры души развиваются. Душа Божественно духовно усиливается. Усиливается биополе. Постоянно, круглосуточ-но, круглогодично усиливается биополе. Усиленное

биополе с гигантской Божественной энергией постоянно возрождает 18-летнее, молодое-юное строение всех структур тела, всех внутренних органов.

Постоянное усиление биополя защищает мой организм от всех вредных влияний. Я вся насквозь расцветаю, развиваюсь, здоровею-крепну. С яркостью

молнии ощущаю, чувствую себя 18-летней молодой, веселой красавицей, полной здоровья и сил. Веселый огонек все время ярко светится в моих глазах.

Вся душа поет от счастья, от радости жизни.

Я люблю людей

Если Бог привел какого-то человека со мной в

соприкосновение, этот человек должен стать доб-



рее, великодушнее. В каждом человеке я стараюсь

поддержать добрые чувства, чистые помыслы. Каждого человека я стараюсь поддержать в его борьбе для достижения поставленных целей. В каждом

человеке я стараюсь увидеть Божественную искру, Божественно хорошие, добрые чувства.

Я стараюсь поддержать в человеке все хорошее, сделать его духовно сильнее, возвышеннее. Я люблю людей, и каждый человек в соприкосновении со

мной должен стать веселее, жизнерадостнее. Веселый огонек должен ярче засветиться в его глазах.

Я всегда стараюсь поддержать в человеке все доб-рое, все хорошее, найти в каждом человеке чистые

помыслы, чистые чувства.

Я люблю людей великой Божественной любовью. Я всегда стараюсь помочь людям. Я живу на

чудесном Божьем белом свете, чтобы людям от меня

была польза, был свет, была радость жизни, было

счастье. Я люблю людей и всегда стараюсь помочь

людям, поддержать в них чистые помыслы, светлые

чувства. Я всей душой люблю людей.

Оздоровление

черепно-мозговых нервов

Во все нервы головы, выходящие из нижней задней

части головного мозга, вливается святая Божественная сталь. Горячо любимый Бог постоянным потоком во все нервы головы вливает гигантскую Божественную силу. Все нервы головы Божественно усиливаются. Все нервы головы Божественно рождаются

новорожденно здоровыми, гигантски сильными, титанически стойкими, стальными. Голова сейчас новорожденно-прочно спокойна. Голова сейчас легкая-легкая, абсолютно невесомая. Голова сейчас вся насквозь

ярко-ярко светлая. В глазах ярко-ярко светло.

61



Г. Н. Сытин

Очистка тела

Все кровеносные сосуды во всем теле Божественно свободные, абсолютно свободные. По всем кровеносным сосудам моего тела кровь течет свободным, веселым, весенним потоком. Все тело живет полнокровной, энергичной, радостной жизнью. Кровь веселым, радостным, стремительным потоком промывает, промывает все кровеносные сосуды.

Со стенок всех кровеносных сосудов кровь стремительным потоком смывает все отложения солей, все

шлаки, все продукты обмена. Кровь стремительным

потоком постоянно промывает, промывает всю кро-веносную систему. Все кровеносные сосуды во всем

теле Божественно чистые, биологически чистые.

Кровь веселым, радостным, стремительным потоком промывает все тело насквозь, вымывает из

всех тканей, из всех органов все соли, все шлаки, все продукты обмена. Почки активизируются, физиологически усиливаются, выводят из организма

все продукты обмена, все соли, все шлаки. Все тело

Божественно чистое, биологически чистое, Божественно прекрасное, молодое тело.

Глубочайшее расслабление

Сейчас все мозговые центры головного и спинного

мозга расслабляются. Все мозговые центры головного

мозга расслабляются. Все мозговые центры, управля-ющие жизнью тела, расслабляются. Все двигательные

мозговые центры расслабляются. Все мышцы головы, лица глубоко расслабились, удлинились. Все мышцы

головы в глубочайшем расслаблении.

Во все тело вливается блаженное здоровое спокойствие. Все мозговые центры головного мозга в

глубочайшем расслаблении. Ни единой мысли нет

62



Экспресс-настрои

в моей душе. Вся душа наполнилась блаженным

спокойствием. Я вся насквозь успокоилась. Я вся

насквозь глубоко расслабилась. Все мозговые центры расслабляются. Во все тело, во все внутренние

органы вливается приятное здоровое спокойствие.

Я вся насквозь успокоилась. Я вся насквозь абсолютно спокойна, совершенно спокойна, безмятежно спокойна.

Развитие души

Господь Бог Всемогущий, горячо любимый постоянным космическим потоком из Тонкого мира

вливает в мою душу гигантскую Божественную

энергию быстрого всестороннего развития. Вся

душа, все структуры души сейчас наполняются гигантской энергией быстрого всестороннего развития. Все структуры души развиваются, Божественно

усиливаются.

Вся душа Божественно усиливается, усиливается в миллионы раз. Все центры способностей, все

механизмы способностей в душе с гигантской скоростью развиваются, усиливаются. Все мои множе-ственные духовные, умственные, физические способности с гигантской скоростью развиваются. Я с

яркостью молнии чувствую развитие всех способностей. Я становлюсь все более способной, все более талантливой, Божественно прекрасной молодой

красавицей, полной здоровья и сил.

Я становлюсь все более быстро, все более быстро обучаемой. Все мои способности в области

работы над собой с гигантской скоростью развиваются. Я с огромным удовольствием работаю над

собой, развиваю все свои способности, совершенствую свое тело.

63



Г. Н. Сытин

Я люблю весну

Я весной вся насквозь оживаю вместе со всей

Природой, я оживаю, расцветаю, здоровею-крепну.

Веселый огонек все ярче светится в моих глазах. Вся

душа поет от счастья, от радости жизни. Я люблю

наблюдать, как оживает вся травка, зеленеют поля, зеленеют луга. Все деревья одеваются зеленой ли-ствой. Я радуюсь шелесту листвы, журчанью весеннего ручейка. Я радуюсь пенью птиц. Я вся весной

оживаю, расцветаю.

Я становлюсь веселее, энергичнее. Я становлюсь энергичнее, быстрее, энергичнее, быстрее.

Во всем теле молодая сила жизни бьет ключом.

Я вся насквозь оживаю, расцветаю, здоровею-крепну. С яркостью молнии чувствую себя веселой, счастливой, молодой красавицей, полной здоровья и сил.

Оздоровление спины, поясницы

В нервы позвоночника вливается святая Божественная сталь. По всему позвоночнику здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. В нервы спины вливается святая Божественная сталь. В нервы мышц

спины вливается святая Божественная сталь. Все

мышцы спины развиваются, увеличиваются в объеме, возрождают свое 18-летнее строение, обладающее огромной физической силой.

Спина рождается сильной, неутомимой. В нервы

поясницы вливается святая Божественная сталь.

Все нервы поясницы усиливаются, здоровеют-крепнут. В нервы мышц поясницы вливается святая Божественная сталь. В мышцах поясницы здоровеют-крепнут, усиливаются нервы. Все нервы поясницы

64



Экспресс-настрои

рождаются сейчас новорожденно здоровыми, титанически стойкими, стальными.

Мышцы поясницы развиваются, увеличивают-ся в объеме, возрождают свое молодое, 18-летнее

строение, обладающее огромной физической силой. Поясница рождается сильной, неутомимой.

Я могу часами напролет наклоняться во все стороны. Я могу часами напролет работать, наклонившись. В области спины, поясницы приятное

здоровое спокойствие. Вся мускулатура спины, поясницы развивается, увеличивается в объеме.

Возрастает моя становая сила. Я становлюсь более

сильной, все более стойкой, здоровой. С яркостью молнии чувствую себя молодой красавицей со

стальными нервами.

Я люблю свое молодое тело

В моей ангельской, Божественной душе мое молодое тело горячо любимое. Люблю свое молодое, красивое тело великой Божественной любовью. В лучах

моей великой Божественной любви мое тело оживает, расцветает, возрождает свое молодое, юное, девичье

строение. Все кожные покровы, все подкожные ткани

Божественно быстро наполняются молодой структурной внутриклеточной и межклеточной водой.

Все кожные покровы, все подкожные ткани с

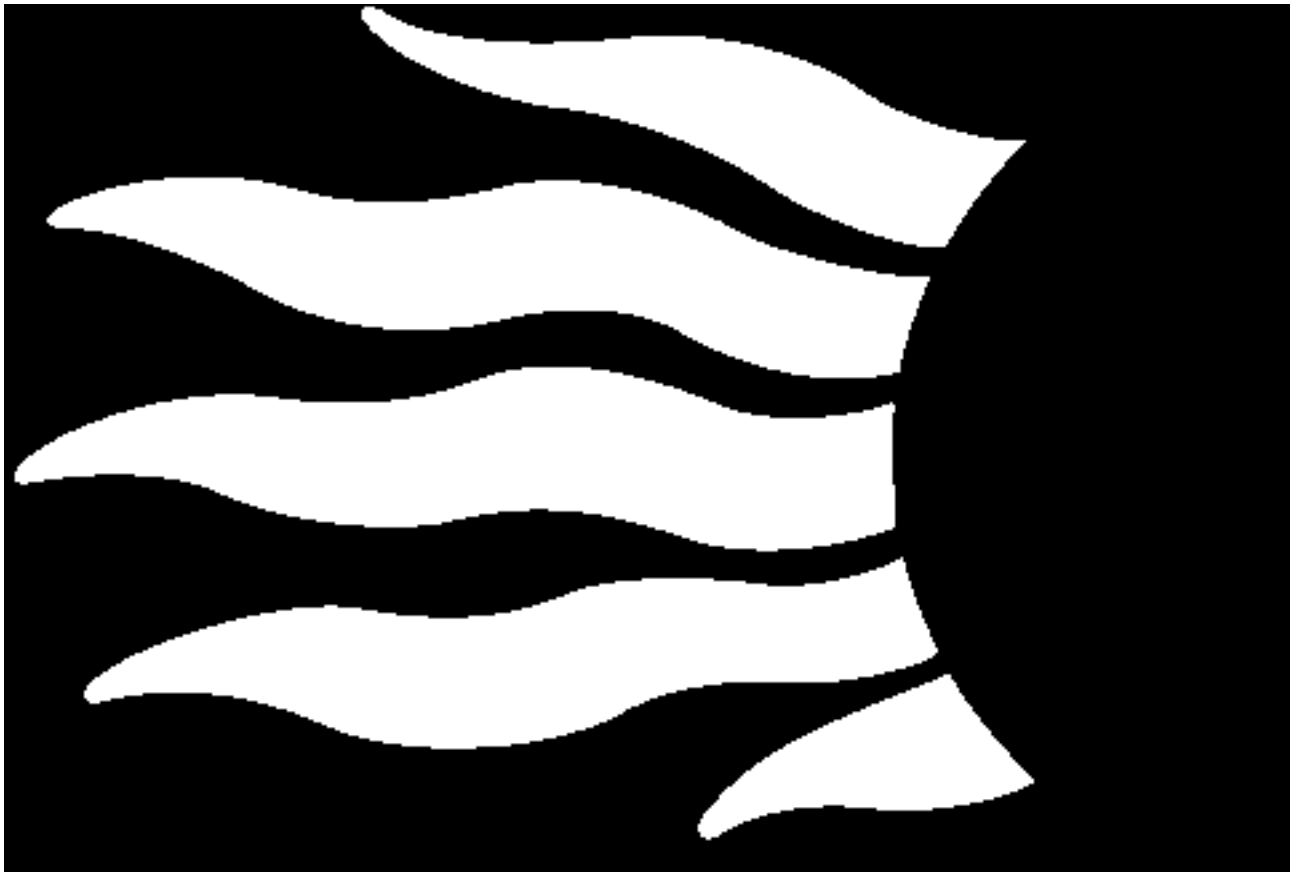
гигантской скоростью возрождают новорожденно

густую сеть коллагеновых волокон, которые мгновенно спаивают кожные покровы с мышцами, с глубинными структурами тела, превращая все тело в

сплошной монолит. Все тело наполняется упругостью, крепостью юности. Все мое тело Божественно

рождается крепким, упругим, как натянутый барабан, — не ущипнешь, в складку не соберешь.

65



Г. Н. Сытин

Все мое тело быстро светлеет, светлеет, рождается белоснежно светлым, белоснежно чистым, розовым, румяным, первозданно свежим, Божественно

красивым. Все структуры тела в лучах моей великой

Божественной любви возрождают свою новорожденную цельность, возрождают свое молодое, юное, Богом созданное Божественно здоровое строение.

Я с яркостью молнии ощущаю, чувствую свое молодое, Божественно красивое, первозданно свежее, прекрасное тело. Бог заложил в мою наследственность молодое, красивое тело — в течение многих

веков. Титанической силой своего воображения я

с яркостью молнии вижу свое тело в будущих веках молодым, Божественно красивым, первозданно

свежим, не тронутым жизнью. Титанической силой своего воображения я с яркостью молнии вижу

себя в будущих веках 18-летней молодой красавицей, полной здоровья и сил.

Бог из прошлого в будущее передвигает сквозь

меня время со скоростью реально текущего времени.

Расстояние от даты моего рождения до меня сегодняшней остается постоянным, неизменным, 18-летним — в течение многих веков. И я с яркостью молнии

вижу себя в будущих веках 18-летней, всесторонне

развивающейся, совершенствующейся, все более способной, все более талантливой, все более гениальной, все более привлекательной, все более красивой, прекрасной красавицей, полной здоровья и сил.

Стойкость к подлостям людей

Мое великолепное самочувствие титанически

стойкое. Мое веселое, жизнерадостное настроение

титанически стойкое. Радость жизни усиливается, становится все более яркой, все более сильной. Ра-

66



Экспресс-настрои

дость жизни перекрывает все подлости людей. Сквозь

все подлости людей я сохраняю великолепное самочувствие, веселое, жизнерадостное настроение.

Сквозь все подлости людей веселый огонек ярко

светится в моих глазах. Вся душа поет от счастья, от

радости жизни. Радость жизни стала сильнее всего

во всей Вселенной. Радость жизни стала сильнее всех

подлостей, всех предательств даже тех людей, которыми я дорожу, которым я доверяю. Радость жизни стала сильнее всего во всей Вселенной. Никакие

подлости, никакие предательства не могут омрачить

Божественной радости жизни. С яркостью молнии

чувствую себя титанически стойкой в жизни.

Молодой опорно-двигательный аппарат

Горячо любимый Господь Бог Всемогущий постоянным космическим потоком вливает из Тонкого мира

гигантскую Божественную силу в нервно-мозговые

механизмы опорно-двигательного аппарата. Все

нервно-мозговые механизмы опорно-двигательного

аппарата сейчас рождаются физиологически гигантски сильными, Божественно стойкими, стальными.

Во всем опорно-двигательном аппарате, во всех

костях, во всех суставах, во всех мышцах, во всех

связках здоровеют-крепнут, усиливаются нервы.

Бог вливает в опорно-двигательный аппарат Божественную 18-летнюю молодую, радостную жизнь.

Молодая, Божественно здоровая жизнь сейчас наполнила весь опорно-двигательный аппарат, все кости, все мышцы, все суставы, все связки.

Весь опорно-двигательный аппарат сейчас Божественно рождается точно таким же молодым, 18-летним, Божественно исправным, Божественно

здоровым, не тронутым жизнью. Во всех суставах

67



Г. Н. Сытин

возрождается новорожденная полная свободная

подвижность. Во всех костях возрождается новорожденная густая сеть кровеносных сосудов.

Все костные ткани, все кости живут молодой, энергичной, радостной жизнью. Все кости упругие, несокрушимо прочные. Весь опорно-двигательный

аппарат молодой, Божественно исправный, Божественно здоровый, не тронутый жизнью. С яркостью

молнии чувствую: я могу быстро ходить, быстро бегать. Во всех суставах приятное, молодое, здоровое

спокойствие.

Радость жизни

Я каждое мгновение радуюсь, свечусь счастьем

жизни на чудесном Божьем белом свете. Я радуюсь

яркому весеннему солнцу. Я радуюсь небу. Я радуюсь тучке. Я радуюсь дождику. Я радуюсь каждой

травинке, каждому кустику. Я радуюсь каждому

цветочку, каждому дереву. Я радуюсь всей Божественно прекрасной, вечно юной Природе.

Я живу в полной гармонии со всей Природой.

Я радуюсь всем изменениям погоды. Я радуюсь вес-не. Веселый огонек все ярче светится в моих глазах.

Вся душа поет от счастья, от радости жизни. Я радуюсь шелесту листвы, журчанью весеннего ручья.

Я радуюсь пению птиц. Я радуюсь всей Божественно

прекрасной, вечно юной Природе.

Я становлюсь веселее, веселее, энергичнее. Я становлюсь веселее, радостнее. Веселый огонек все ярче

светится в моих глазах. Вся душа поет от счастья, от радости жизни. Я с яркостью молнии чувствую

себя Божественно здоровой, веселой, счастливой, молодой красавицей, полной здоровья и сил.

68



Экспресс-настрои

Оздоровление пальцев рук

Во все нервы плеч, рук, пальцев вливается святая Божественная сталь. Господь Бог Всемогущий, горячо любимый во все мышцы плеч, рук, пальцев

вливает гигантскую Божественную энергию развития из Тонкого мира. Все мышцы плеч, рук, пальцев

развиваются, увеличиваются в объеме, возрождают свое молодое строение, обладающее огромной

физической силой.

В нервы пальцев вливается святая Божественная сталь. А Бог постоянным потоком вливает в

мои пальцы молодую радостную жизнь. Молодая, Божественно здоровая жизнь сейчас наполнила

мои пальчики. Мои пальчики сейчас Божественно

рождаются точно такими же — 18-летними, молодыми, ровными, тонкими, прямыми, как стрела, Божественно красивыми. Молодая сила рожается

в моих пальчиках. В кончиках пальцев обеих рук

пульс сильного наполнения. Вены пальчиков усиливаются, выравниваются, выравниваются по всей

длине.

Вены рук усиливаются, становятся все более

энергичными, все более сильными. Вены рук выравниваются по всей своей длине, становятся все более ровными. Вены рук все сильнее, энергичнее, все

быстрее, все быстрее гонят кровь кверху, кверху —

к сердцу. В пальцах рождается весеннее, веселое, молодое, быстрое кровообращение. В кончиках

пальцев обеих рук рождается пульс, полный пульс

сильного наполнения.

Мои руки, мои пальчики живут молодой, полнокровной, энергичной, здоровой, радостной жизнью.

Во всех суставах пальчиков возрождается новорожденная, полная, Божественно свободная подвиж-

69



Г. Н. Сытин

ность. Гигантской силой своего воображения я с

яркостью молнии чувствую свои молодые, 18-летние, ровные, тонкие, прямые, Божественно красивые, сильные пальчики.

Стойкая нервная система

Горячо любимый Господь Бог Всемогущий во

все миллиарды нервных клеток, во все структуры

нервной системы постоянным космическим потоком вливает превеликую силу жизни Вселенной. Вся

моя нервная система наполняется превеликой силой

жизни Вселенной. Вся нервная система здоровеет-крепнет. Я все более ярко чувствую себя молодой

красавицей со стальными нервами.

Нервная система физиологически усиливается.

Возрастает ее стойкость. Сейчас нервная система

рождается первозданно стойкой, Божественно здоровой, новорожденно стойкой, здоровой. Вся моя

нервная система сейчас, сейчас рождается титанически стойкой, Божественно здоровой.

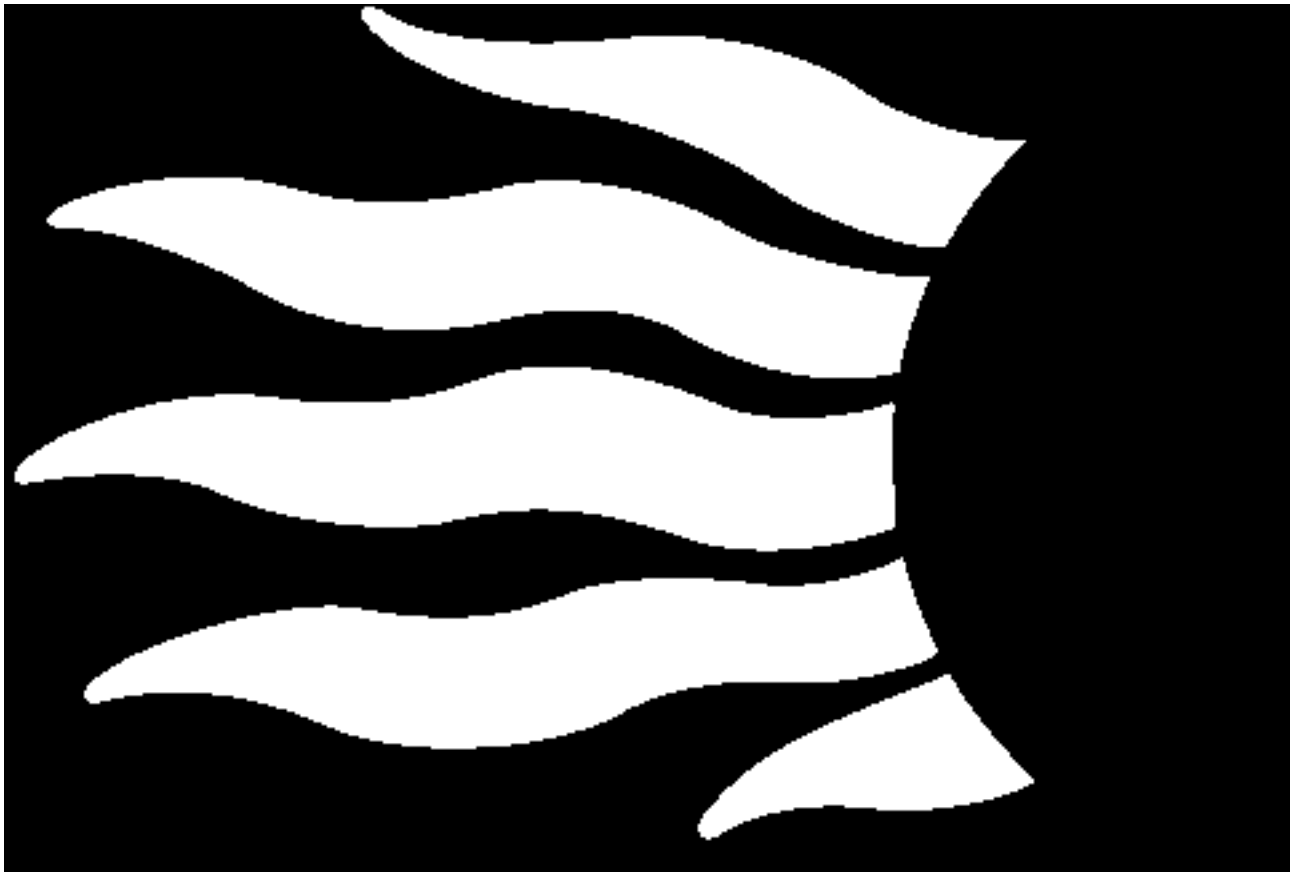
Господь Бог заложил в мои наследственные

механизмы постоянное оздоровление, усиление, укреп ление нервной системы в течение многих веков. Я сейчас с яркостью молнии вижу себя в будущих веках молодой, веселой, здоровой красавицей со стальными нервами, с титанически стойкой, здоровой нервной системой. Вся нервная система сейчас здоровеет-крепнет. Здоровеют-крепнут

нервы. Весь нервно-мозговой аппарат, управляющий жизнью моего тела, Божественно усиливается, становится все более стойким, все более крепко

здоровым.

Во всех структурах тела, во всех внутренних органах все нервы сейчас рождаются первозданно здоро-



Экспресс-настрои

выми, новорожденно здоровыми, Божественно стойкими, стальными. Я с яркостью молнии чувствую себя

молодой красавицей, титанически стойкой в жизни.

Я люблю весеннее яркое солнце

Я люблю весну, когда все оживает, расцветает

под ярким теплым весенним солнцем. Я люблю весеннее яркое солнце. Я люблю гулять под солнцем.

Солнце навевает мне чудесные мысли. Солнце навевает мне светлые чувства. Под весенним ярким

солнцем вся душа моя расцветает.

Я вся оживаю, расцветаю, здоровею-крепну.

Я люблю весеннее яркое солнце. Я люблю весеннее, яркое, чистое небо. Я люблю наблюдать, как расцветает, оживает весной вся Природа. И вместе с Природой я оживаю, расцветаю, здоровею-крепну, живу

веселее, жизнерадостнее под ярким теплым весенним солнцем, которое согревает мне душу. Я вся

расцветаю, здоровею-крепну. Я с яркостью молнии

чувствую величайшую перспективу жизни в своей

доброй, ангельской, Божественной душе. Я с яркостью молнии чувствую, с яркостью молнии знаю

себя готовящейся к молодой, веселой, радостной, счастливой жизни в течение многих веков. Сейчас, весной, я с яркостью молнии вижу себя в будущих

веках молодой, веселой расцветающей красавицей, полной здоровья и сил.

Я люблю свое сердце

В моей Божественной, доброй, ангельской душе

сердце горячо любимое. В лучах моей Божественной

любви мое сердце оживает, расцветает, развивается, усиливается, здоровеет-крепнет. В лучах моей Бо-

71



Г. Н. Сытин

жественной любви возрастает запасная мощность

сердца. Я с яркостью молнии чувствую, что могу

работать целый день напролет, не зная усталости.

Здоровеет-крепнет, усиливается сердце, возрастает запасная мощность сердца. При надобности сердце может работать с огромной мощностью. Я могу

работать целый день напролет со свежими силами, с

огромной энергией, не зная усталости. В лучах моей

великой Божественной любви здоровеет-крепнет, усиливается сердце. Сейчас, сейчас сердце становится все более сильным, все более мощным. Сейчас

возрастает запасная мощность сердца.

А Господь Бог Всемогущий, горячо любимый

вливает в мое сердце превеликую силу жизни Вселенной. Господь постоянным космическим потоком

вливает в мое сердце из Тонкого мира гигантскую

Божественную энергию развития.

Господь вливает в мое сердце молодую, энергичную, радостную жизнь. По воле Бога расцветает, здоровеет-крепнет, усиливается сердце. Я с яркостью молнии чувствую: мое сердце молодое, несокрушимо сильное, несокрушимо крепкое, Божественно

здоровое, не тронутое жизнью.

Я люблю свои ноги

В моей ангельской, Божественной душе мои ноги

горячо любимые. Я люблю свои ноги великой Божественной любовью. В лучах моей великой Божественной любви мои ноги оживают, расцветают, заново

рождаются молодыми, юными, девичьими, сильными, Божественно здоровыми, не тронутыми жизнью.

Мои ноги быстрые, сильные, неутомимые.

Я могу часами напролет идти быстрым шагом.

Я могу долго быстро бежать. Мне вообще незнако-



мо чувство усталости в ногах. Мои ноги сильные, неутомимые, быстрые, Божественно здоровые, не

тронутые жизнью. Я люблю свои молодые, сильные, неутомимые ноги великой Божественной любовью.

В лучах моей великой Божественной любви мои ноги

заново рождаются молодыми, юными, девичьими, Божественно исправными, Божественно здоровыми, сильными, быстрыми, неутомимыми, не тронутыми жизнью.

С яркостью молнии чувствую себя Божественно здоровой, несокрушимо здоровой красавицей, полной здоровья и сил. Бог заложил в мою наследственность несокрушимую силу возрождения. Мои молодые, здоровые ноги Божественно

здоровы — в течение многих веков. И я титанической силой своего воображения с яркостью молнии вижу свои ноги в будущих веках молодыми, Божественно здоровыми, быстрыми, неутомимыми, не тронутыми жизнью. И это наполняет все

мое существо победной, торжествующей радостью жизни.

Укрепление здоровья

Господь Бог Всемогущий, горячо любимый заложил в мои наследственные механизмы постоянное, непрерывное укрепление, усиление здоровья в

течение многих веков. Я сейчас расцветаю, здоровею-крепну. Мое здоровье сейчас непрерывно укрепляется. Все более стойким становится мое великолепное самочувствие, мое веселое, жизнерадостное

настроение.

Все утро великолепное самочувствие, прекрасное настроение. Весь день вся душа поет от счастья, от радости жизни. Весь день я каждое мгновение ра-



дуюсь, свечусь счастьем жизни на чудесном Божьем

белом свете. Бог вливает в мою нервную систему

постоянным потоком гигантскую Божественную

физиологическую силу. Вся нервная система усиливается, здоровеет-крепнет. Здоровеют-крепнут

нервы.

С яркостью молнии чувствую себя молодой красавицей со стальными нервами. С яркостью молнии

чувствую себя молодой, веселой, Божественно здоровой красавицей, полной здоровья и сил. С яркостью молнии чувствую: мое здоровье усиливается, крепнет. С яркостью молнии чувствую себя здоровеющей, крепнущей, веселой, счастливой прекрасной красавицей.

Оздоровление щитовидной железы

В мою щитовидную железу Бог вливает молодую, энергичную, веселую, радостную жизнь. Молодая

радостная жизнь наполнила щитовидную железу, молодая жизнь возрождает молодое, Богом созданное Божественно здоровое строение щитовидной

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.