

Психология и жизнь

Олег Кильдишев

КЛАССНО БЫТЬ БОГИНЕЙ: СОЗДАНИЕ ИДЕАЛЬНОГО Я

Москва
ЦЕНТРПОЛИГРАФ

ББК 88.37

К 39

К 39 **Кильдишев, О.**

Классно быть Богиней: Создание идеального Я / Олег Кильдишев. — М.: Центрполиграф, 2008. — 288 с., ил. — (Психология и жизнь)
Предложенная автором методика помогает женщинам любого возраста вновь обрести красоту и молодость, восстановить здоровье и решить проблемы в отношениях с мужчинами.

ISBN 978-5-9524-3655-8 (Психология и жизнь)

ISBN 978-5-9524-3647-3 (Трансматика)

ISBN 978-5-9524-3665-7 (Исцеляющие методики)

ББК 88.37

Олег Кильдишев

Классно быть Богиней: Создание идеального Я

Книга издается:

в серии «Трансматика» под названием «Трансматика:

Новое тело — другая судьба»

в серии «Исцеляющие методики» под названием «Великолепное здоровье и активное омоложение по системе трансединга».

Заведующая редакцией *Т.М. Минеджан*

Ответственный редактор *Е.В. Минаева*

Технический редактор *Н.В. Травкина*

Корректор

Подписано в печать с готовых диапозитивов

Формат 84x108 ¹/₃₂ Бумага типографская. Гарнитура «Таймс».

Печать офсетная. Усл. печ. л. Уч.-изд. л.

С.: ПиЖ. Тираж 2000 экз. Заказ №

С.: Трансматика. Тираж 2 000 экз. Заказ №

С.: ИМ. Тираж 2 000 экз. Заказ №

ЗАО «Центрполиграф»

111024, Москва, 1-я ул. Энтузиастов, 15

Редакция приглашает к сотрудничеству авторов и переводчиков

E-mail редакции: glavred@cnpol.ru

ISBN 978-5-9524-3655-8 (ПиЖ)

© Кильдишев О., текст, 2008

ISBN 978-5-9524-3647-3 (Трансматика)

© ЗАО «Центрполиграф», 2008

ISBN 978-5-9524-3665-7 (ИМ)

Человек — единственное существо
(помимо микробов), которое «хорошо»
размножается в неволе.

Введение

НОВОЕ ТЕЛО

Милые девушки и женщины, эта книга написана мною для вас. Каждая из вас мать или будет матерью, от вас полностью зависит, какими вырастут ваши дети, а значит, наше общее будущее в ваших руках.

Как ребенок зависит от матери, так и **здоровье и общее самочувствие всей нации** в первую очередь **зависит от того, как чувствует себя каждая конкретная женщина.**

Правда заключается в том, что многие женщины не чувствуют себя счастливыми, более того, уровень психофизических проблем настолько высок, что женщина не может справиться с ними в одиночку. Ее партнер (если таковой имеется), скорее всего, плохо понимает ее. Впрочем, и сами женщины часто плохо понимают, что с ними происходит и по какой причине жизнь приносит сюрприз за сюрпризом.

На страницах этой книги Я предлагаю вместе разобраться, что к чему, попробуем найти **простые ответы на сложные вопросы.** И в первую очередь это будет круг вопросов, связанный с физическим телом женщины, его жизненной энергией и красотой.

Изучая самые распространенные психологические проблемы, Я обнаружил, что каждая из них рано или поздно получает свое, конкретное физическое представление.

Например, даже неозвученная (та, о которой ничего не известно) измена партнера может привести к серьезному блоку сексуальной энергии, а впоследствии к ряду проблем с системой репродукции.

Таким образом обнаружилась четкая взаимосвязь между телом человека и его общим психологическим состоянием. К примеру — если человек испытывает зубную боль, разве он может быть добрым, милым и любящим?

Вне всякого сомнения — физическое тело человека оказывает влияние на его психическое состояние, но по принципу обратной связи верно и обратное — **психическое состояние отражается на теле человека**. В результате — все, что происходит с нашим телом, является прямым отражением психических процессов.

К сожалению, классическая медицина не учитывает этой вполне очевидной закономерности, именно поэтому многие заболевания (если не все), раз возникнув имеют тенденцию повторяться...

Если говорить о конкретных заболеваниях — блоках системы репродукции, — таких как **цистит, молочница, хламидиоз, аднексит** и пр., то практически каждое из них заглушается с помощью медикаментозного лечения, но полностью не проходит. Более того, в подавляющем большинстве случаев принимает хроническую форму.

Практически нет женщины, которая к тридцати годам не столкнулась бы с тем или иным из указанных блоков. Парадокс заключается в том, что лечение с помощью медикаментов благополучно заглушает симптомы, но совсем **не затрагивает настоящие причины**, поскольку эти причины находятся вне зоны действия лекарств... **А если болезнь и проходит, то как бы сама по себе, например в случае беременности...**

Это значит только одно — организм при определенных условиях может справиться со всем сам.

Каковы эти условия, Я подробно расскажу на страницах этой книги.

Мы рассмотрим основные заболевания, которыми страдают большинство женщин, поймем роль болезней в процессах общего старения организма и узнаем, какое воздействие и как нужно оказать на тело, чтобы разблокировать его возможности. Забегая вперед, скажу, что система **трансхединга**, которая приведена во второй части книги, дает возможность получить новое — здоровое тело. Кроме улучшения здоровья, техники трансхединга останавливают процессы старения и удлиняют период молодости.

Проблема преждевременного старения организма является центральной осью этой книги.

Вера в то, что старение — это естественный процесс, к сожалению, стало нормой в жизни современного человека. Это и на самом деле так, только есть ошибка — и она в оценке длительности этого периода и в том, как он протекает. На самом деле старение не только можно сократить за счет **более длительной молодости**, но и качественно **улучшить все психофизические показатели**.

Средний возраст и следующая за ним треть жизни, проходящие без соответствующих заболеваний, сильно отличаются от процесса одряхления организма, который мы ошибочно принимаем за естественное старение.

Трансхединг и трансматика, в которую входят техники трансхединга, объясняют, как сделать так, чтобы все системы организма на протяжении всей жизни человека работали гармонично.

Когда Ты узнаешь схему, по которой происходит старение, то ясно увидишь, что деструктивное разрушение, которое мы ошибочно ассоциируем с возрастными процессами, является не нормой, а отклонением.

Норма, заложенная в нас, — это стопроцентное здоровье и мощная самовосстанавливающаяся энергетика, которая может быть таковой до последних дней нашей жизни...

Красота и молодость — это естественно, старость и дряхлость — нет!

ТРАНСМАТИКА

Что такое трансматика?

Слово «трансматика» состоит из двух слов, соединенных в единое понятие, — это **транс** и **автоматика**.

Под трансом соответственно понимается любое **измененное состояние сознания**, под автоматикой — **неосознанное циклическое движение**.

Объединяя эти два смысла в единое целое, мы получаем неосознанное циклическое движение под воздействием измененного состояния сознания — трансматику.

Общий курс трансматики включает в себя изучение трех условных уровней существования человека:

- первый уровень — это **физическое тело**;
- второй уровень — это **тело разума**;
- третий уровень — это **тело социума**.

Про то, что первые два уровня неразрывно связаны друг с другом, мы уже говорили, остается сказать и то, что третий уровень соответственно зависит от первых двух. Другими словами, все, что происходит в Твоем социуме, неразрывно зависит от тела разума, которое, в свою очередь, вибрирует в такт с физическим телом.

Несмотря на то что все три тела человека неразрывно связаны, мы будем рассматривать их с приоритетом на одно из тел. Поскольку упор в данной книге сделан на физичес-

кое тело, то она является вводной частью трансматики и говорить мы будем в основном о базовом уровне.

Хочу заметить, что устранение основных деструкций на этом уровне не только значительно улучшает качество проживаемой жизни, но и облегчает работу со следующими двумя уровнями. Воистину: «В здоровом теле — здоровый дух».

Есть еще один важный момент, который Я хочу предварительно прояснить — это вопрос **веры**. На страницах книги мы почти не будем говорить о нем, но прошу помнить, что за этими строками всегда скрывается вопрос — «веришь ли Ты?».

Вообще в трансматике, как и в остальной жизни, наличие веры имеет центральное значение. Дело в том, что мир, который мы знаем, состоит из нашего представления о нем, а это представление напрямую зависит от того, во что мы верим.

Например, мы верим, что Земля круглая, и, соответственно, эта вера является частью нашего общего мира. Не так давно Земля стояла на черепахе, а завтра мы узнаем, что это на самом деле это тетраэдр или бесконечная воронка в неопределенном пространстве...

Истина заключается в том, что **в сознании современно-го человека существуют сотни (тысячи) различных больших и малых вер** — многие из них формируются на наших глазах, многие **сформированы задолго до того, как мы пришли в этот мир**.

Возможно, на самом деле этот мир совершенно другой, ту форму в которой мы его воспринимаем придает ему наша вера в то, что он именно такой.

Эта же вера формирует и соответствующий транс, который не дает нам увидеть другие стороны нашего мира. История основных мировых религий прямо или косвенно подтверждает, что **транс всегда идет рука об руку с верой**.

Каждый раз, когда человек принимает решение, верить или нет, параллельно возникает соответствующий транс — в зависимости от силы веры транс бывает сильный или слабый. Соответственно, чем сильнее транс, тем меньше надо думать и тем сильнее уровень автоматизма.

То, как вера во что-то формирует тот или иной результат, хорошо поясняет широко используемый в фармакологии эффект **плацебо** (лат. *лесть, нравиться*). Напомню, таблетка-пустышка оказывает ожидаемый эффект наравне с лекарственным препаратом. В настоящее время любой фармпрепарат проходит тестирование на наличие этого эффекта. И каков же процент?

Плацебо, по разным данным, срабатывает в 40–70 случаях из ста. Более того, около пяти процентов испытуемых дают аллергическую реакцию, но не на препарат, а на таблетку-пустышку...

Как видишь, вера в то, что препарат подействует должным образом, вызывает совершенно определенную реакцию организма — выздоровление.

Раз так, то стоит серьезно задуматься — если вера способна так легко излечить то или иное заболевание, то какова в таком случае природа самого заболевания?



Внимание! Попрошу своей концентрации: если человеку дают пропить курс пустышек и сообщают, что он будет здоров, и он выздоравливает — значит, на него действуют не таблетки, а информация о том, что после того, как он выполнит некоторое действие, случится то-то и то-то.

Но сами по себе слова такого действия не оказывают, значит, дело и не в словах. Все дело в том, как человек относится к поступившей информации — если верит, то «чудо» происходит, если нет, то нет.

Но если ситуация обстоит именно так, и если вера приводит к выздоровлению — то получается, что **сама болезнь — результат определенной веры**.

Эта вторая вера имеет серьезную подоплеку — **человек обычно верит в то, что видит**. А что мы видим? Милли-

оны больных людей. Кто из нас прожил хотя бы год, ничем не заболев? Это нонсенс. Окружающие нас люди, близкие, друзья, знакомые нет-нет да заболеют...

Медицина давным-давно превратилась в огромную индустрию, цель которой — продавать как можно больше лекарств и «услуг».

В нашей реальности сложилось довольно странное положение вещей — болеть для нас естественно, и, напротив, никто никогда не встречал абсолютно здорового человека...

Здоровый человек — это тот, который вообще не болеет. А разве такое может быть?

Я подробно опишу, каким образом формируется вера в то, что болеть естественно, и как заместить эту веру другой верой — что здоровье еще более естественно.

Но прежде Я расскажу о механизме старения и о том, как сделать так, чтобы этот механизм изменил свои настройки.

Старость — это то, во что верят все?

Скажи, насколько Тебе нравится старая одежда? Согласись — выцветшая, застиранная, когда-то модная кофточка производит удручающий вид. Что поделать, вещи стареют, выходят из моды, выцветают, меняют структуру и запах, а впоследствии превращаются в тряпье.

Старую вещь можно выкинуть и заменить новой. По нынешним временам вещи даже не успевают поизноситься — мода, диктуя свои правила, заставляет обновлять гардероб.

Но что делать, если стареет не вещь, а собственное тело, которое находится внутри вещи? Тело не выкинуть и не поменять на новое. Но **старое тело — это не модно, это отвратительно.**

Что делать с телом, которое вышло из моды? Натянуть складки на лице путем несложной хирургической операции? Откачать жир? Подкачать силиконом увядающую грудь? Проколоть курс мезотерапии или ботокса? Сесть на

диету? Может, шейпинг, теннис, йога? Солярий? Курс иглоукальвания или массаж?

Люди, что делать? Тридцать лет — это значит, уже началось?

Собственное утреннее лицо без «спасительной» косметики постепенно превращается в зловещее напоминание — «старость идет, и с тобой это тоже будет».

Никого не минует чаша сия — процесс необратим: девочка становится девушкой, девушка женщиной, женщина неумолимо стареет и превращается в... старуху.

В старении есть еще пара совершенно мерзких моментов: во-первых, мужчины по какой-то неведомой причине запаздывают в развитии вообще, и в процессе старения в частности (хорошо хоть, живут меньше), во-вторых, усугубляет происходящее наличие огромного количества взявшейся непонятно откуда сопливой молодежи...

Плюс к этому первые склонны западать на вторых, сволочи, именно в этом вопросе они почему-то готовы следовать модным тенденциям и легко меняют «старых» жен на молодых любовниц. Происходит своеобразный upgrade отношений, когда отношения остаются, а состав участников обновляется, как в бородатом и перефразированном анекдоте.

Молодая девушка спрашивает свою старшую подругу:

— В групповухе будешь участвовать?

Старшая подруга:

— А кто будет?

— Ты, я и твой муж.

Старшая подруга:

— Не, не буду.

Молодая (с деловым видом):

— Хорошо, тогда тебя вычеркиваю...

В реальности даже и групповуху не предложат, просто жена узнает об upgrade последней. Кстати, если это Тебя утешит, то Твоя условно молодая соперница в недалеком будущем столкнется точно с такими же проблемами.

Итак, средний возраст — это всегда непросто, особенно если прибавить к этому всяческие дополнительные стрессы и всевозможные уже дающие о себе знать болезни...

Знаешь, как пахнет старость? Зайди в то место, где обитают одинокие старики, и узнаешь...

Неужели Ты желаешь для себя того же?

Только представь: если бы в Твоих силах было решать, стареть или оставаться молодой, что бы Ты выбрала?

Это вопрос в полной мере риторический, и поэтому ответ на него ясен каждому: никто не хочет стареть, скажешь Ты.

Но не хотеть стареть и быть молодой — это не всегда одно и то же.

Я полностью солидарен с Тобой, мне тоже больше нравятся молодые женщины и совсем не нравятся старые, именно поэтому Я столь длительное время посвятил изучению этого вопроса.

Поскольку Я изучал транс, состояния которые его вызывают, и действие, которое он оказывает, то узнал, что **старость — это противоестественное состояние, которое сродни определенному гипнотическому внушению.**

Раз есть внушение, значит, его можно снять.

Такое положение вещей говорит о том, что не все потеряно — посуди сама, продолжительность жизни вплоть до XIX века составляла 35 — 40 лет. Неудивительно, что тридцатилетний человек считался старым!

Если заглянуть еще подальше, то мы узнаем, что средняя продолжительность жизни первобытного человека была всего 25 лет, значит, старость наступала около двадцати — лет в восемнадцать!

Современные люди и живут подольше, и порог старения несколько переместился, а **если его удалось переместить один раз, то значит можно сделать это и в другой.**

Разве во все времена люди не готовы были платить любые деньги, идти на невероятные жертвы ради сохранения

или возврата молодости? Поверь, Тебе не придется принимать ванны из крови младенцев и не надо будет тратить «последний» миллион долларов — достаточно будет внести некоторые несложные перемены в Твою жизнь, и желаемая цель будет достигнута.

Прежде чем приступить к изложению, **хочу предупредить, что данное издание не является медицинским и ответственность за исполнение и неисполнение техник и рекомендаций лежит полностью на Тебе самой.** Кроме того, во всех своих книгах Я оставляю за собой право искажать информацию удобным Мне способом.

Что такое старость?

Старость — это симптом, точнее, набор симптомов, то есть это **целый ряд патологических признаков, по которым человек определяет, что его жизнедеятельность начинает постепенно угасать.**

Классический случай. Ты замечаешь первые морщинки у глаз или седой волос и... отгоняешь простую и ясную мысль: «Что, уже началось?»

То, что мысль на время затаилась, это совсем не значит, что она пропала совсем — ее присутствие можно обнаружить по «военным действиям», развернутым по отношению к симптому (не буду перечислять, сама знаешь).

Думаю, Тебе понятно, что борьба с симптомом не только не устраняет причину, скорее она усиливает его действие.

Происходит следующее.

Симптом — это внешний сигнал о целом ряде внутренних процессов. Твой организм таким образом разговаривает с тобой. Через симптом он сообщает Тебе, что в нем что-то идет не так. «Замазывая» сигнал, Ты затыкаешь своему организму рот, поэтому вместо того, чтобы «сказать тебе о проблеме спокойным голосом», организм начинает буквально «кричать» — то есть усиливать действие симптома.



Запомни: борьба с симптомом усугубляет его действие и не устраняет причину.

Что это за проблема, о которой по принципу обратной связи сообщает женский организм? Другими словами, каковы причины, влияющие на изменение женской внешности? И когда на самом деле должно наступать биологическое старение организма?

Осознанно или нет, но большинство женщин ждет первых проявлений старости — девушке нет еще и тридцати, а она уже внимательно всматривается в зеркало, тщательно разглядывая мимические складки лица. Важно знать, насколько молодо Ты выглядишь, — поэтому если Тебе занимают оценочный возраст, то все в порядке, если нет, то есть повод для паники.

Начало старения можно наверняка определить по одному верному признаку — по твоей реакции на тех девушек, кому двадцать. Если более молодые начинают, мягко говоря, раздражать, то, поверь, самоидентификация произошла — это значит, что Ты себя к ним уже не относишь. Мозг со «скоростью света» произвел сравнительный анализ и причислил Тебя к другой большой группе.

Твоя эмоция поведала Тебе о результате сравнения, и, увы, Ты проиграла. Что это для Тебя значит?

Только одно: Ты самое себя сексуально дисквалифицировала...

Увы, но то, как женщина выглядит, определяет ее социальную ценность. Наш мир так устроен, что стремление к красоте возведено в квадрат и сексапильная внешность гораздо важнее, чем то, что женщина умеет делать. Более того, социум ставит уверенный знак равенства между красотой и сексуальностью — успешность всегда идет рука об руку с умопомрачительной внешностью.

Сомневаешься? Тогда открой любой глянцевого журнала или включи телевизор и убедишься.

Это уже не только Твое внутреннее ощущение или оценка окружающих тебя женщин и мужчин — хорошо выглядеть стало обязанностью с одной стороны и индустрией с другой.

Такое отношение к вопросу делает женщин исключительно чувствительными к проявлению первых признаков физического старения.

Но социальный код — это только внешняя часть проблемы. Формула трансматики старения имеет и другие аспекты.

Старение уже на первой своей стадии уменьшает красоту, а значит, сексуальный магнетизм слабеет. Раз так, то сексуальные партнеры, от которых ранее не было отбоя, теперь смотрят в другую сторону. Если женщина перестала привлекать мужчин «как класс», то и для одного ей сложно быть привлекательной.

Если нет влечения, то нет и сексуальной жизни. Если нет сексуальной жизни, то нет возможности иметь детей. А раз так, перестает выполняться основная программа — программа размножения.

Существование женщины, не способной рожать, лишено всяческого биологического смысла. **Соответственно, включается программа, обеспечивающая своевременную утилизацию такой женщины.**

Логика событий учит нас, что, раз включившись, программа, обеспечивающая старение организма, не выключается никогда. Первые симптомы усугубляются, и процесс идет по нарастающей.

Тем не менее его можно не только замедлить, но и осуществить контроль за включением.

Дело в том, что гормональное старение организма наступает гораздо позже, чем появляются первые внешние признаки. Такое положение вещей позволяет нам сделать вывод, что первоначальные симптомы старения могут быть вызваны другими причинами.

Попробуем разобраться, что к чему, а для этого рассмотрим все изменения, происходящие в теле женщины, и определим те из них, которые необратимы, и те, которые не подлежат нашему контролю, а также выделим группу изменений, на которые можно воздействовать.

Роль гормонов

Для того чтобы проникнуть за пределы привычно-бытового восприятия, расширим границы нашего мышления, отделимся от проблемы старения и с некоторого расстояния взглянем на физиологию основных этапов пути, которые проходит каждая женщина.

При естественном ходе вещей наше внимание несомненно привлекут два наиболее важных события в физиологическом развитии женщины.

Первое — это начало менструаций. Второе — их прекращение, или менопауза, означающее окончание детородного периода.

Большой временной отрезок между этими событиями составляет основную часть жизни женщины. Он характеризуется одной основной особенностью — возможностью рожать детей (репродукцией). Поэтому мы будем называть этот период **репродукционным**.

Соответственно, период, предшествующий репродукционному, мы назовем **предрепродукционным**.

Период, следующий за репродукционным, — **пострепродукционным**.

Нетрудно заметить, что предрепродукционный и пострепродукционный периоды имеют две общие формальные особенности — отсутствие возможности рождения детей и период недостаточного для полноценной жизни раскрытия физических возможностей.

На этом вся схожесть заканчивается, потому что физиологическая подоплека этих состояний совершенно разная.

И это не единственное отличие. Значительно различается время протекания первого и третьего периода. Так, если

третий период (в развитых странах) занимает добрую треть жизни женщины, то первый длится одиннадцать — тринадцать лет... Более того в современном обществе наметилась тенденция к еще большему сокращению первого периода: раннее созревание никого уже не удивляет — планка смещается к десяти годам!

Подобное перемещение сроков является прямым результатом социального кодирования, воздействием окружающих мать и ребенка информационных полей. Этот код имеет псевдосексуальную направленность и включает репродукционный механизм девочки раньше времени.

Раньше времени — это значит, что не только в восемь, десять лет, но и в тринадцать, четырнадцать и в шестнадцать включение репродукционных способностей ни к чему...

Учитывая, что начало второго этапа — это не только серьезный, циклический стресс, но и запуск программы, впоследствии приводящей к старению, — мы не заинтересованы в раннем его включении.

Учитывая то, что до двадцати рожать никто не собирается, а многие не планируют этого и до тридцати, учитывая, что в нашей среде обитания образование не заканчивается школой, — ранняя способность к репродуцированию совершенно не нужна.

«Но что такого? Может, и нет ничего страшного, пусть все идет как идет», — можешь подумать Ты.

Все дело в том, что, укорачивая первый период, никто не удлинит второй — просто все сроки передвигаются... В результате девочка быстрее становится девушкой, девушка быстрее становится женщиной, женщина быстрее стареет.

Известно, что, прежде чем приступить к экспериментам с людьми, ученые проводят их на животных, на собачках в частности. Так вот, те, кто разводит собак, прекрасно знают — если нужно, чтобы молодая сука «заматерела» ее следует как можно быстрее скрестить.

Собственно говоря, и без экспериментов видно, что молодая девушка, начиная половую жизнь, сразу становится женственной (округляется). Конечно, сами по себе месяч-

ные не являются «приказом» к началу сексуальной активности, но физиологически такая активность подразумевается. Именно поэтому с началом месячных организм начинает накапливать жир, а через год-два эстроген блокирует зоны роста, и... прощай, карьера фотомодели...



Запомни: с началом месячных рост девочки замедляется, а через один-два года прекращается полностью. Если месячные начались в 10 лет, то максимум в двенадцать лет ребенок перестанет расти!

Еще до наступления месячных у девочки развиваются вторичные половые признаки: растет грудь, на лобке и подмышками появляются волосы.

Это гипоталамус, расположенный в основании мозга, стимулирует деятельность яичников. Яичники активно выделяют эстроген, который и вызывает рост грудных желез и закладывает основу жировой прослойки.

Кстати, гипоталамус, помимо деятельности яичников, контролирует: настроение, эмоции, кровоток, температуру тела, аппетит, чувство жажды, функции сердца, брюшных органов, желез и почек.

Итак, информация для родителей (и девочек в предменструальном возрасте): **желаете, чтобы дочь имела высокий рост, — не торопитесь с половым созреванием.**

В этом месте читательница может решить, что Я сбрендил. Что значит не торопиться? Это что, от нас зависит?

Отвечу: в девяти случаях — да.

Конечно, в 15–16 лет отогнать дочь от канала MTV Тебе, скорее всего, не удастся, но поверь Мне на слово, в 8–10 лет это не составит большого труда.

Дело в том, что современная информационная среда транслирует код, рассчитанный на взрослых, — сигналы идут отовсюду — с обложек глянцевого журналов, рекламных плакатов, из кинофильмов и т. д. Основной источник —

это, конечно, телевидение — именно с экрана телевизора транслируются сериально-рекламные псевдосексизмы, от которых необходимо защитить ребенка.

Конечно, полностью заблокировать внешнюю информацию Тебе, скорее всего, не удастся, но этого и не требуется, достаточно избежать ежедневного прямого воздействия.

Как только Ты укрепилась в своем решении и ввела соответствующее семейное табу на телевизор (кстати, будет лучше если Ты составишь компанию дочери), смело приступай ко второй части.

Наш мозг так устроен, что тонко реагирует на все внешние условия, поэтому Тебе нужно создать такие условия, при которых мозг сочтет, что деторождение можно отложить...

Никаких сверхъестественных усилий для этого не требуется — все давным-давно изучено, и **хорошо известно** (не всем, конечно), **как создать такие условия**.

Спортивные медики прекрасно знают, что **активные занятия спортом вызывают отсрочку наступления первой менструации**. Статистика такова, что средний возраст начала месячных у не занимающихся спортом это 12 лет, у спортсменок тринадцать с половиной, у танцовщиц пятнадцать с половиной.

Медики делают вид, что не понимают причин, по которым менструации начинаются позже. Но это совершенно не значит, что мы не сможем разобраться в данном вопросе.

Как только понимание того, как это работает, будет озвучено, мы узнаем, что месячные можно совершенно спокойно отложить и до восемнадцати, и до двадцати лет!

В этом случае Твой ребенок получит преимущество в лишних два, три, четыре года для продолжения дальнейшего роста. Но возможность расти является важным, но отнюдь не основным преимуществом.

Есть еще несколько немаловажных аспектов.

Наиболее значимый из них: **мозг девочки и мозг девушки работают по-разному**. Эстроген ориентирует девушку на поиск сексуального партнера. Соответственно

мозг половозрелого ребенка попадает в конфликт между социальной установкой на продолжение обучения и физиологическим всплеском сексуальности.

Девочка, не вступившая в фазу полового созревания, продолжает познавать окружающий мир — она самым естественным образом продолжает находиться в фазе обучения. Соответственно, чем дольше не наступают месячные, тем легче ребенку будет даваться учеба.

Я уже умалчиваю о том немаловажном аспекте, что ранняя сексуальность прибавляет волнений и хлопот родителям. Что зачастую приводит к множественным конфликтным ситуациям.

Кроме того, возрастает вероятность раннего начала половой жизни, что обязательно скажется на всей будущей жизни Твоего ребенка.

Итак, мы знаем, что легкая атлетика и балет воздействуют на организм девочек таким образом, что месячные наступают позже. Зададимся вопросом: по какой причине биологические часы передвигают свой неумолимый цикл?

Причина есть — все дело в обратной связи: мозг сам по себе отслеживает состояние окружающей среды и независимо от чьего бы то ни было желания решает, когда превратить девочку в женщину.

Мы не можем напрямую вмешаться в подобный процесс. То есть мы не можем просто пожелать, потому что мозгу на наши желания начхать. Ситуация меняется, если мы знаем, чем руководствуется наш мозг. Создавая нужные внешние условия, мы начинаем управлять решениями мозга.

Другими словами, **зная, как выглядит код активации репродукционной программы, мы можем притормозить начало действия программы.**

Трансматический код

Чтобы узнать код, обратим внимание на два основных аспекта, сопутствующих активному занятию спортом, — физическую нагрузку и питание.

Как нам известно, для того чтобы нормальная половозрелая женщина смогла зачать ребенка, ей необходимо иметь в своем организме запас питательных веществ, причем на двоих (на себя и на ребенка). Отсюда бесконечное стремление женского организма накопить жир — просто мозг готовит тело к репродукции.

Еще до наступления половой зрелости жировая прослойка у девочек на 10—15% больше, чем у мальчиков. Когда половая зрелость наступила, она становится почти вдвое больше, чем у мальчиков. И девочки и мальчики набирают вес во время полового созревания. Но если мальчики увеличивают вес за счет мышечной ткани и костей, то девочки — за счет жировых отложений.

Почему так? Потому что девочка, превращаясь в женщину, в первую очередь превращается в будущую мать. В этом случае **запасы жира вполне оправданы — это резерв энергии для матери и ее будущего ребенка.** Женское тело так устроено, что без данного запаса в принципе тяжело забеременеть.

Как известно, женский гормон эстроген способствует началу овуляции. Поскольку эстроген откладывается в жировой ткани, для поддержания нормального менструального цикла содержание жировой ткани должно быть не менее 22%, в случае когда этот показатель меньше, овуляция может не наступить вообще.

Как видишь, наличие жировой ткани является исключительно важным моментом. У девочки до подросткового возраста при нормальном развитии жира не больше, чем у мальчишки.

Когда девочка взрослеет, ее мозг просчитывает возможность формирования необходимого запаса. Выглядит это приблизительно так — **мозг учитывает соотношение между энергетической ценностью еды и физической нагрузкой.** Если поступающая в организм пища высокоэнергетична, а физическая активность организма низкая, то есть поступившая в организм энергия полностью не расходуется, то мозг считает, что условия идеальны.

Низкая двигательная активность служит показателем безопасности, а избытие пищи говорит о том, что ничто не мешает воспроизводству.

Если высокая физическая активность организма сжигает без остатка всю поступившую с пищей энергию, мозг легко вычисляет, что при таком режиме питания молодой организм с «трудом» обеспечивает только свою жизнедеятельность. Таким образом, программа начинает экономить энергию и отодвигает начало месячных до «лучших» времен.

Мозг как бы слеп и в принятии решений полагается на сигналы, идущие изнутри организма. Кстати, это не говорит о несовершенстве мозга, подобный алгоритм говорит только о том, что программа сформировалась миллионы лет назад и до сих пор не подводила своих носителей...

Итак, организм сигналил мозгу, что он физически нагружен и что еды хватает впритык, — древняя программа делает вывод, что девочка-подросток «на охоте» и ей не до родов. Мозг при этом не только откладывает репродукционный период, он начинает тратить энергию на обострение функций, необходимых для «охоты». Все системы организма «прокачиваются» — мышцы, сердечно-сосудистая, зрение становится острее, мозг начинает соображать лучше и т.д.

Это в то время как у девочек с менструацией мозг «запльывает жиром» — физиология материнства не подразумевает повышенную мозговую активность...



Запомни: ключ — это соотношение высокой физической нагрузки с легким недостатком питания. Под «недостатком» питания имеется в виду высоко-витаминное малоуглеводное питание с подавляющим преобладанием растительных жиров.

Иногда (например раз в одну-две недели) программе нужно показывать, что еды нет вообще, то есть устраивать день без еды, но обязательно с тренировкой.

Если девочка не занимается в секции, то нагрузка должна быть следующего рода: аэробная — лучше всего бег (три-четыре раза в неделю минимум по два часа), разного рода растяжка, обязательно нужна силовая нагрузка плюс растяжка — для этого как нельзя лучше подойдут упражнения на турнике.

Основной прием пищи нужно производить через час-два после тренировки.

Для нормального развития и роста костной системы необходимо следить, чтобы в питании обязательно присутствовали продукты с повышенным содержанием кальция — больше всего кальция содержится в обезжиренных молочных продуктах, кроме этого подойдут овощи с зелеными листьями, орехи и семечки.

Если ребенок намерен заниматься в спортивной секции, то лучше всего подойдет легкая атлетика, впрочем, и любые другие виды спорта подойдут, главное, чтобы сохранялось соотношение полученной с пищей и потраченной на спорт энергии.

Нужно помнить, что в спортивных секциях с определенного возраста перспективных детей начинают подкармливать «витаминами» — ни в коем случае не ориентируйте ребенка на спортивную карьеру и раз и навсегда запретите принимать какие-либо улучшающие добавки.

Не упустите начало «эстрогеновой атаки» — тщательно следите за жировой прослойкой. Начало атаки можно также определить по набухшим соскам. Если такие признаки появились, то следует уменьшить количество углеводов в пище и в зависимости от самочувствия пару дней не поесть.

Обязательно проконсультируйтесь у врача, занимающегося спортивной медициной!

Нужно помнить, что медики тоже люди и не всегда это высококласные специалисты — обычно рядовой работник поликлиники даже и половины того, чему его учили, не помнит, а любимый его диагноз — ОРЗ. Поэтому лучше найти спортивного врача.

Несмотря на то что занимающиеся спортом дети, обладают лучшим иммунитетом и, соответственно, более крепким здоровьем, медицинское наблюдение тем не менее необходимо. Кстати, этот вопрос автоматически решается, если ребенок занимается в серьезной спортивной секции.

Если девочка полностью здорова, то наступление месячных в семнадцать – восемнадцать лет никак не сказывается на ее репродукционной функции.

Итак, теперь Ты знаешь, как продлить предрепродукционный период. Теперь пора поговорить о начале второго – репродукционного периода.

О том, что этот период начался, девушка узнает по новым ощущениям в теле, и связаны эти ощущения с началом менструаций.

И дело не только в кровотечении. Как раз кровотечение – это заключительная часть цикла, гораздо важнее то, что происходит до этого явного момента.

Женщине кажется, что «ничего существенного» с ней не происходит и она живет в привычном ежедневном ритме – на самом деле ее ритм, ее самочувствие и настроение напрямую связаны с ежемесячными трансформациями внутри тела.

Менструальный цикл

Менструальный цикл – это происходящие через определенные промежутки времени изменения в репродукционной системе женщины.

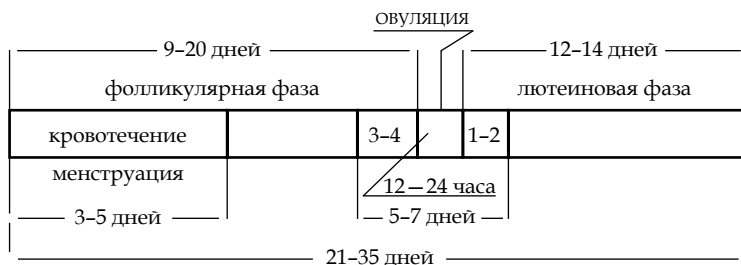
Биологическая цель этого процесса – подготовка организма женщины к возможной репродукции. Кстати, никакой другой цели нет.

Считается, что менструальный цикл должен составлять от 21 до 35 дней. Отсчет цикла начинается с первого дня кровотечения. Этот день совпадает с днем начала вызревания очередной яйцеклетки.

Менструальный цикл можно разделить на две большие фазы – до овуляции и после овуляции.

Первая фаза — до овуляции — называется фолликулярной. В этой фазе развивается фолликул, в котором вызревает яйцеклетка.

МЕНСТРУАЛЬНЫЙ ЦИКЛ



Начало фолликулярной фазы — первый день менструального кровотечения; завершается эта фаза наступлением овуляции. Первая фаза занимает примерно половину всего цикла и включает в себя весь период менструального кровотечения.

Естественным завершением этой фазы будет овуляция, которая при 28-дневном цикле происходит чаще всего между 13-м и 15-м днями.

Овуляцией называется выход созревшей (готовой к оплодотворению) яйцеклетки из фолликула в брюшную полость с последующим продвижением по маточным трубам к самой матке.

Надо учитывать, что созревшая яйцеклетка сохраняет жизнеспособность на протяжении 12–24 часов. Соответственно **возможность наступления беременности существует только за три-четыре дня до овуляции, во время овуляции и один-два дня после нее. Итого весь период, в котором возможно зачатие ребенка, составляет от пяти до семи дней.**

Сразу после овуляции наступает вторая фаза менструального цикла — лютеиновая, или фаза желтого тела.

Желтое тело образуется в яичнике на месте вышедшей яйцеклетки. Лютеиновая фаза продолжается ровно столь-

ко, сколько существует желтое тело, это в среднем около двенадцати — четырнадцать дней.

Биологическая задача на этой стадии — создание условий для возможной беременности. Для этой цели в организме поддерживается баланс выделяемых желтым телом гормонов (эстрогена и прогестерона).

Вторая фаза, как и весь цикл, заканчивается с наступлением первого дня менструального кровотечения. Затем все повторяется.

Поскольку механизм старения непосредственно связан с программой репродукции, рассмотрим подробно, как эта программа работает.

Известно, что менструальный цикл регулируется посредством взаимодействия гормонов, вырабатываемых гипофизом, гипоталамусом и яичниками. При этом гипофиз находится в роли некой промежуточной станции между гипоталамусом и яичниками.

Гипоталамус вырабатывает гонадотропин — высвобождающий гормон, который стимулирует производство гипофизом двух других гормонов, фоллитропина и лютропина, в свою очередь регулирующих гормональную секрецию яичников.

При этом яичники вырабатывают женские половые гормоны (эстроген, прогестерон) и вынашивают яйцеклетки, то есть обеспечивают начальную фазу размножения.

Соответственно программе репродукции, с момента полового созревания до менопаузы каждый яичник (по очереди) производит готовую к оплодотворению яйцеклетку (изредка две).

Во время первой (фолликулярной) фазы менструального цикла происходят два важных события: созревание яйцеклетки в одном из фолликулов яичника и начало подготовки матки к вынашиванию зародыша. Такая подготовка

происходит независимо от того, будет ли яйцеклетка оплодотворена или нет.

Во время первой фазы гипофиз выделяет в кровяное русло фоллитропин. Именно этот гормон вызывает созревание в одном из фолликулов яичника одной (реже двух) яйцеклеток. Выброс гипофизом фоллитропина является командой яичникам, они увеличивают выработку эстрогена.

Под влиянием эстрогена в матке происходит восстановление и разрастание ее слизистой оболочки — эндометрия. Слизистая оболочка матки утолщается в четыре-пять раз, параллельно происходит увеличение расположенных в ней многочисленных мелких желез и кровеносных сосудов.

В железах шейки матки увеличивается выделение слизистого секрета, а непосредственно перед овуляцией клетками вырабатывается более жидкая слизь, что способствует проникновению сперматозоидов в полость матки. Кроме этого, шейный канал расширяется, становится легко проходимым для сперматозоидов. Слизистый секрет обладает защитными свойствами и препятствует проникновению микроорганизмов в полость матки. Изменения первой фазы касаются и молочных желез, внутри молочных ходов происходит разрастание эпителия. Как только организм готов к репродукции, первая фаза заканчивается и происходит овуляция.

Когда концентрация эстрогена значительно увеличивается, гипоталамус переключает гипофиз на выработку лютропина. Этот гормон вызывает завершение развития яйцеклетки и отвечает за выход зрелой яйцеклетки через разрыв стенки яичника.

Через 36 часов после того, как гипофиз выбросит в кровь большое количество лютропина, происходит овуляция. Ядро яйцеклетки, которое до сих пор «дремало», активируется и готовит свои хромосомы для возможного оплодотворения.

Яйцеклетка покидает яичник, а лопнувший фолликул остается в виде небольшого скопления клеток, которое носит название желтого тела.

Под влиянием лютропина желтое тело превращается в маленькую железу и начинает вырабатывать еще один важный гормон, прогестерон.

Одновременно с прогестероном вырабатывается значительное количество эстрогена. Эти гормоны способствуют еще большему утолщению внутреннего слоя матки и вызывают выделение последним собственной питательной жидкости, которая могла бы питать эмбрион в случае наступления беременности.

Прогестерон также оказывает влияние (по принципу «обратной связи») на гипоталамус и останавливает выработку в нем гонадотропин-высвобождающего гормона.

Это, в свою очередь, снижает производство гипофизом лютропина и фоллитропина.

Все это время яйцеклетка, покинув яичник, медленно движется по одной из фаллопиевых труб в сторону матки. Это продвижение занимает у нее три-четыре дня. Если оплодотворение сперматозоидом происходит, то оно происходит в фаллопиевой трубе.

Сразу после овуляции наступает вторая (лютеиновая) фаза, которая продолжается, пока существует желтое тело.

Как уже говорилось, под влиянием прогестерона интенсивность обменных процессов в организме снижается. Разрастание слизистой оболочки тела матки прекращается, она становится рыхлой, отекает, в железах появляется секрет, что создает благоприятные условия для прикрепления к слизистой оплодотворенной яйцеклетки и развития зародыша. Железы прекращают выделение слизи, шеечный канал закрывается.

В молочных железах из разросшегося эпителия концевых отделов молочных ходов возникают альвеолы, способные к продуцированию и выделению молока.

Если зачатия не произошло, яйцеклетка распадается, желтое тело постепенно рассасывается, а выделение прогестерона прекращается. Уровень эстрогена в крови начинает

падать, а утолщенная слизистая оболочка матки — дегенерировать.

Во вторую фазу менструального цикла, когда организм готовится к возможной беременности, под влиянием прогестерона происходит задержка жидкости и солей в организме.

Независимо от того, произошло оплодотворение или нет, у большинства женщин в этот период следует повышение аппетита. Соответственно можно ждать прибавку в весе.

Так же для этого периода характерно набухание молочных желез, можно ожидать вздутия кишечника. Кроме того, в результате небольшого отека ткани головного мозга возможна головная боль, некоторая инертность мышления, сонливость или, напротив, бессонница.

У некоторых женщин непосредственно перед началом менструации возникают симптомы физического дискомфорта, эмоциональной неустойчивости и нервозности. Такое состояние носит название «предменструальный синдром» и сопровождается колебаниями настроения — раздражительностью, утомляемостью, вялостью и апатией.

В том случае, если оплодотворения не происходит, возникает отторжение слизистой оболочки матки и слой эндометрия выбрасывается наружу во время менструации.

Для женщины это единственная видимая часть цикла, представляющая собой жидкие выделения и незначительное количество крови (в норме где-то от 60 до 150 мл), которые выводятся через влагалище в течение трех — пяти дней.

Параллельно с менструацией начинается созревание первичных фолликулов, то есть новый менструальный цикл.

Как видишь, на протяжении цикла гормональный фон женщины постоянно меняется — на разных стадиях гормоны имеют различную концентрацию.

Особенно хочется отметить гормон эстроген — его выделение происходит непрерывно во время всего цикла, но концентрация значительно меняется.

Если в начале первой стадии цикла эстроген выделяется в небольших количествах (около 10 мкг/л), то во время овуляции и в период максимальной активности желтого тела его выработка увеличивается в пять раз (около 50 мкг/л).

К концу второй фазы концентрация эстрогена (и прогестерона) снижается и достигает минимума, что вызывает менструацию.

С началом нового цикла количество эстрогена опять начинает постепенно расти.

Попрошу заметить, что на протяжении цикла женский организм доводит свою «женственность» до пика в момент овуляции и последующей готовности к беременности. Соответственно есть и фаза, когда женское начало минимально — это конец второй фазы и месячные.

Что значит женственность возрастает?

Это значит, что женская привлекательность для мужчин меняется на протяжении цикла, достигая максимума в период зачатия. Как вы понимаете, это период эстрогенового пика.

Для молодой женщины (в среднем возрасте поведение может измениться) это период кокетства, коротких юбок и открытых блузок.

Физиологические перемены следующие — под действием эстрогена губы становятся несколько полнее (ярче), грудь наливается, кожа слегка осветляется, голос становится выше, потовые железы, расположенные в подмышечных впадинах и в паху, выделяют аттрактанты (особо привлекательный для мужчин запах).

Исследования по влиянию запаха показывают, что мужчины безошибочно различают запах, соответствующий эстрогеновому пику, и неосознанно тянутся к нему. Так же мужчины реагируют и на более высокий голос. Секрет прост — высокий голос связан с высоким уровнем эстрогена в крови.

Женщина интуитивно чувствует: если у нее повышается тон голоса, а у мужчины понижается — значит, между ними завязывается определенного рода игра.

Кстати, полезно знать, что на окружающих женщин переживаемый вами эстрогеновый максимум подействует совершенно противоположным образом, чем на мужчин. Не удивляйтесь, если столкнетесь с плохо скрытым раздражением и повышенной конфликтностью.

Можно сделать вывод, что период привлекательности для противоположного пола является периодом максимального отторжения для своего. Думаю, не надо объяснять, что подобная ситуация может служить причиной ряда стрессов.



Запомни: В период овуляции окружающие вас контактеры женского пола будут активно идти на конфликт. Природа таких конфликтов — неосознанная агрессивная реакция самок на запах эстрогенового пика. Необходимо знать, что твои личностные качества здесь вообще ни при чем.

Рассказ о роли эстрогена не будет полным, если не вспомнить, что именно с повышения его уровня начинается превращение девочки в девушку. В самом начале мы говорили об этом. **Именно эстроген является тем сигналом, который раз и навсегда трансформирует тело ребенка в тело девушки, женщины.**

Чтобы завершить рассказ о физиологии и развитии женского организма, необходимо рассказать о фазе практически полного отсутствия эстрогена в женском организме — пострепродукционном периоде.

Конец репродукционного периода — климакс

Современная медицина сделала интересное открытие — у конкретной женщины менопауза, скорее всего, наступит в том же возрасте, что у ее матери и бабушки.

Считается нормальным, если менопауза начинается в 45–55 лет. Впрочем, она может начаться и до 40 лет или позже — после 57 лет.

К сожалению, менопауза — это фактическое завершение того процесса, который обычно начинается у женщин не-много моложе 30 лет. Суть процесса заключается в изменении функций яичников, в результате которого выработка ими гормонов постепенно снижается.

Вспомним, яичники — половые железы женщины — вырабатывают гормоны: эстроген и прогестерон. Половые гормоны, попадая в кровь, влияют на весь организм, обеспечивая его репродуктивную функцию, правильное развитие половых органов, рост молочных желез, женское телосложение, тембр голоса и др.

С возрастом ткани яичников, вырабатывающие гормоны, атрофируются, пока секреция половых гормонов не достигнет минимума.

По мере снижения уровня эстрогена и прогестерона прекращается гормональная стимуляция внутреннего слизистого слоя матки. В результате следует постепенное прекращение менструаций и наступает возрастное бесплодие. Незаметно для женщины грудь и матка уменьшаются в размерах, а внутренние стенки влагалища становятся тоньше. В тазовой области сокращается число кровеносных сосудов, что приводит к сухости влагалища. Параллельно усиливается склонность к набору веса. Меняется голос, кожа и волосы меняют свою структуру. Появляется угроза истончения костей (остеопороза), связанная с потерей кальция, содержание которого напрямую зависит от присутствия эстрогена.

Получается, что в течение репродукционного периода эстроген поддерживал организм женщины — давал команду на функционирование влагалища, контролировал толщину и прочность костей, оберегал сердечно-сосудистую систему и пр. Снижение привычного уровня эстрогена привело к физиологическому старению организма женщины.

Перечислим признаки старения, связываемые с наступлением менопаузы:

- приливы жара и потливость;
- головные боли;
- повышение артериального давления;

- приступы сердцебиения;
- раздражительность и беспокойство;
- депрессия;
- забывчивость и невнимательность;
- снижение интеллекта;
- изменение качества полового влечения;
- сонливость;
- снижение физической выносливости, силы;
- ощущение слабости;
- сухость во влагалище и болезненность при интимной близости;
- недержание мочи при физической нагрузке, смехе и кашле;
- учащенное мочеиспускание;
- снижение эластичности кожи (морщины);
- выпадение и ломкость волос;
- боли в сердце как проявление его заболеваний;
- атеросклероз;
- перераспределение подкожно-жировой клетчатки;
- потеря прочности костей, уменьшение роста;
- потеря мышечной массы;
- снижение иммунитета;
- обострение хронических заболеваний.

В связи с вышеизложенным у меня возникает совершенно справедливый вопрос: насколько перечисленные симптомы связаны с эстрогеном или это совпадение?

Проверить это в общем не сложно, достаточно сравнить симптомы при менопаузе с симптомами, наблюдаемыми после овариэктомии (удаление одного или обоих яичников).

Когда удалены яичники, а матка имеется или когда матка удалена, а яичники оставлены — менструация не наступает. А затем развивается так называемый посткастрационный синдром — общее самочувствие ухудшается, теряется упругость кожи, появляются и начинают прогрессировать многие заболевания — возникает состояние, один в один похожее на преждевременное старение.

Поскольку вследствие операции уровень эстрогена снижается так же, как и при менопаузе, перечисленные выше симптомы присутствуют и здесь.

Напрашивается вывод, что старение и кастрация — это два процесса, имеющие один результат — биологический износ организма. Соответственно, можно утверждать, что ключ к старению — это эстроген.

Всё так, если бы не одно но...

Заключается оно в следующем — если операция по удалению матки и/или яичников у женщины среднего возраста значительно ускоряет процесс старения, то, напротив, та же операция в юности не только увеличивает период молодости, но и значительно продлевает жизнь. История знает массу таких примеров, ведь были времена, когда кастрация женщин была распространенным явлением. Тогда было широко известно — если произвести такую операцию до полового созревания, то юный, «мальчишеский» вид сохраняется у женщин почти на всю жизнь...

Получается, что дело в эстрогене, но если его концентрация в теле никогда не поднималась, то созревание так и не наступает — биологические часы в этом смысле замирают.

Итак, с одной стороны, низкая концентрация эстрогена в раннем возрасте продлевает молодость (сохраняет красоту) и жизнь, с другой — низкая концентрация эстрогена в среднем возрасте ускоряет старость.

Что это значит — одно и то же вещество в разные периоды жизни действует прямо противоположными способами?

Такое положение вещей говорит только об одном — о том, что существует конкретная программа старения, которая по принципу обратной связи во время своего действия сверяется не с одним, а несколькими факторами, при этом имея и один основной фактор.



Запомни: программа старения координируется по принципу обратной связи; координирующих факторов несколько, но есть и один преобладающий.

Факторы, замедляющие старение

1. Блокировка с помощью косвенного воздействия программы воспроизводства:

– **Позднее зачатие и роды.**

Поздние роды омолаживают организм женщины, это отдельно действующая программа, по сценарию которой необходимо вырастить потомство.

Поэтому программа старения замедлится по причине блокирования вышеуказанной программой.

– **Отсутствие семьи и детей.**

Известно, что женщины, не имеющие детей и постоянного партнера, стареют несколько позже своих замужних сверстниц. Объясняется это пересечением действия двух важных факторов.

Первый фактор сродни поздним родам — программа репродукции «до последнего надеется», что женщина соберется рожать, и поэтому старение притормаживается.

Второй фактор наиболее важен для нашей программы — одинокая женщина дольше замужней поддерживает тонус, который больше свойствен периоду молодости.

Это основная причина, содержащая в себе целый ряд признаков, которые в комплексе продлевают период молодости и притормаживают старение.

2. Отсутствие «деструктивных» программ, приводящих к разного рода заболеваниям.

Примером может служить любая программа, приводящая к раннему появлению одного или нескольких призна-

ков старения. Примером программы-деструктора может служить код, заставляющий женщину курить.

Курение снижает выработку яичниками эстрогенов.

Плюс к этому никотин усиливает действие ферментов, которые снижают активность половых гормонов женщины — их способность регулировать менструальный цикл и обеспечивать другие функции организма.

Параллельно вследствие курения уменьшается содержание железа в женском организме. Моноокись углерода, содержащаяся в сигаретах, соединяясь с гемоглобином, образует такую форму гемоглобина (карбоксигемоглобин), которая не способна переносить кислород по кровеносным сосудам. В результате действия такого деструктора организм «задыхается», ему не хватает кислорода, что в сочетании с гормональной недостаточностью создает условия для развития раннего угасания.

Доподлинно известно, что у курящих женщин менопауза наступает раньше, чем у некурящих...

Примеров деструктивных программ множество, основные мы рассмотрим на страницах этой книги. Мы также рассмотрим, как перенастроить эти программы таким образом, чтобы они способствовали продлению периода молодости.

Также Ты узнаешь, как в этих же целях можно управлять программой, контролирующей репродукцию.

Сейчас Я предлагаю вернуться к алгоритму, по которому происходит гормональное старение.

Основной фактор, запускающий программу

Мы определились, что мозг, запуская программу старения, координирует свою деятельность со множеством разных «второстепенных» отклоняющих программ. Забегая вперед, скажу, что эта деятельность мозга не является причиной, по которой происходит старение, — это причина по которой программа старения **ускоряется**.

Поэтому в дальнейшем программы-деструкторы, которые способствуют проявлению одиночных или групповых

признаков раннего старения, мы будем называть программами-ускорителями или просто ускорителями.

Если есть факторы, ускоряющие действие программы, то необходимо выделить фактор, запускающий программу.

Такой фактор есть, и более того, мы не только о нем говорили, но и выяснили, каким образом запуск программы старения можно передвинуть на более поздние сроки. То есть мы уже знаем, как продлить молодость своим детям.

Итак, мы знаем, что программа старения... прошу прощения — программа взросления включается в момент самого первого месячного цикла, то есть за некоторое время до того, как в организме девочки созреет первая яйцеклетка и мозг принимает решение, что девочка к этому готова.

После того как мозг принял решение, поступает сигнал в гипофиз, гипофиз выделяет в кровь соответствующие гормоны, которые, в свою очередь, стимулируют яичники на усиленную выработку эстрогена (и прогестерона). Под воздействием эстрогена начинается соответствующая трансформация тела.

Параллельно гипофиз начинает сокращать выработку гормона роста (соматотропина), и постепенно рост костей прекращается.

Как мы рассмотрели выше, программа запускается автоматически, но каким образом мозг принимает решение о ее запуске?

Мы это тоже выяснили — мозг принимает решение на основании сигналов, идущих от тела, — тело дает знать, что оно готово к репродукции, то есть основные системы жизнедеятельности сформированы и созревают; а внешние условия благоприятны. Под благоприятными условиями программой понимаются низкая физическая активность и изобилие высокоэнергетичной (богатой углеводами и жирами) пищи.

Поскольку, контролируя последние два фактора, мы можем отложить запуск программы, можно утверждать, что время запуска не «прописано» в файлах мозга раз и навсегда, а, напротив, в значительной мере зависит от внешних условий.

Для того чтобы убедиться в этом окончательно, хочу обратить внимание на растянутый во времени момент, предшествующий прекращению менструаций. Нам известно, что выделение яичниками эстрогена и его концентрация регулируются гипофизом. Это значит, что мозг контролирует функцию гипофиза, а гипофиз функцию яичников (выделение эстрогена).

Также мы знаем, что в отсутствие эстрогена организм тут же старится.

Ученые заметили одну особенность, являющуюся составной частью механизма старения, — после тридцати лет гипофиз по-прежнему продолжает производить фоллитропин и лютропин, но яичники постепенно перестают реагировать.

Ткани яичников, вырабатывающие эстроген (прогестерон), постепенно атрофируются, и секреция половых гормонов достигает минимума.

Как видишь, сигнал, запускающий старение, идет не из мозга к яичникам, а наоборот — от яичников в мозг. Гипофиз еще работает в обычном режиме, но яичники перестают на него реагировать. Значит, яичники сами по себе являются «таймером», включающим старение.

Раз так, теперь становится понятно, по какой причине раннее удаление таймера (яичников) приводит к долгой и продолжительной молодости, а позднее (в среднем возрасте) сразу вызывает старение.

В случае ранней кастрации таймер еще не начал свой отсчет и мозг не получил соответствующую команду — поэтому для того, чтобы включить старение, мозгу приходится ориентироваться на второстепенные программы. Как известно, второстепенные факторы проявляются во второй половине среднего возраста — поэтому раннее удаление таймера продлевает и молодость и жизнь.

Напротив, удаление таймера в период, когда он уже активирован, расценивается организмом как его отключение — соответственно, тут же запускается программа ста-

рения. В этом случае организм считает, что отсутствие таймера равно полной выработке его ресурса. Раз так, то репродукционный период закончился и начинается пострепродукционный.

Кстати, из мужчин ранняя кастрация делает неутомимых любовников, о способностях которых в исторические времена ходили легенды; поздняя кастрация превращает мужчину в импотента... (без комментариев).

Теперь, когда мы знаем, как работает программа, самое время задаться вопросом — а как же работает сам таймер?

По понятным причинам мы не можем остановить таймер, но мы можем замедлить его «тиканье», тогда период молодости продлится автоматически, а старение пропорционально замедлится.

Узнав, как устроен таймер, мы найдем ответ на вопрос: «Как его замедлить?»

Несмотря на то что яичники женщины являются центром репродукционной системы, они не являются мозгом — это Я к тому, что думать там нечему, — значит, механизм таймера, несмотря на всю свою сложность, должен быть предельно простым.

В пользу такого положения вещей говорит и то обстоятельство, что репродукционная программа сформировалась гораздо раньше мозга — это раз.

И то, что простота конструкции механизма есть залог надежности его работы — это два.

Подумай, что в работе яичников может напоминать работу обычных настенных часов?

Отвечу — конечно, время вызревания яйцеклетки. Вышеописанный менструальный цикл представляет собой биологические часы, которые ежемесячно отсчитывают цикл за циклом — понять это несложно...

Гораздо сложнее выяснить внутреннюю причину, по которой происходит остановка таймера — атрофия яичников (они сжимаются и сморщиваются).

Как раз на эту тему есть одно интересное наблюдение — дело в том, что женские половые клетки, которые называются яйцеклетками, или ооцитами, накапливаются в организме еще на стадии внутриутробного развития девочки. Это значит, что на протяжении жизни женский организм не способен создавать новые ооциты, он только может вынашивать уже готовые, но временно «спящие».



Внимание: это значит, что на протяжении жизни количество ооцитов невосполнимо сокращается!

В двух яичниках новорожденной девочки насчитывается сотни тысяч спящих яйцеклеток, которые погружены в ткань яичника.

Ооциты бездействуют до наступления периода полового созревания, за это время определенное количество клеток погибает. К моменту полового созревания остается порядка 300 000 — 400 000 полноценных яйцеклеток.

Несложно подсчитать, что за репродукционный период яичники женщины вынашивают до момента созревания от 300 до 400 ооцитов (хорошие ооциты), соответственно ее ожидает ровно столько же менструальных циклов.

При рассмотрении порядка цифр может показаться, что по сравнению с тремя-четырьмя сотнями изначально количество ооцитов (сотни тысяч) просто неиссякаемо...

Однако надо учитывать, что ооциты подвержены влиянию и возраста, и среды. Многие исследователи считают, что ооциты могут быть дефектными с самого начала. Такие не готовые к овуляции ооциты и не выходят из яичника, пока количество здоровых не уменьшится. Если же дефектный ооцит вызреет и выйдет из яичника, то дело, скорее всего, закончится ранним выкидышем.

Как бы то ни было, процесс истощения ооцитов в яичнике идет по нарастающей, и к 37 годам их количество снижается до 10 000.

Если количество (300–400) «хороших ооцитных циклов» это не сам таймер, то оно по принципу обратной связи связано с таймером. То есть в любом случае таймер «сверяет» свою работу с количеством «хороших ооцитных циклов», на которое рассчитана репродуктивная часть жизни женщины. Для нас это означает только одно — то, что мы нашли меру, которую отмеряет таймер, прежде чем яичники женщины сморщатся.

Теперь буквально пару слов на тему: 300 или 400 хороших циклов — что на это влияет? Согласитесь, сто циклов — разница значительная.

Попрошу особо обратить внимание на этот фактор, поскольку эта сотня в первую очередь теряется из-за действия «деструктивных» программ, вследствие действия которых нарушается кровоснабжение яичников и ооциты выходят из строя.



Запомни: Основной фактор, контролирующий программу старения, — это программа «таймер», являющаяся частью репродукционной программы, которая расположена в яичниках женщины и отсчитывает время репродукционного периода по количеству хороших ооцитных циклов. Максимальное количество таких циклов равняется приблизительно четырем сотням.

Влияние на таймер программ-деструкторов

Как видишь, репродукционный период жизни женщины зависит от числа «хороших ооцитов» — пригодных к репродукции. Репродукционный период начинается в восемь — пятнадцать лет с 300 000 — 400 000 ооцитов, и в конечной стадии (к сорока) в яичниках женщины содержится не более 10000 — 20000 ооцитов.

Это при том, что естественным способом за этот промежуток времени расходуется не более четырех сотен (гибнет во время менструации).

Используя простую арифметику, посчитаем: $20\,000 + 400 = 20\,400$. Теперь вычтем это число из $400\,000$ и получим $379\,600$!

Предлагаю вдуматься в порядок цифр — к сорока годам в организме женщины из $400\,000$ ооцитов гибнет $379\,600$!

Напрашивается простой вопрос: из-за чего происходит массовая гибель спящих яйцеклеток?

Чтобы ответить на этот вопрос, потребуется совсем немного — нужно подключить образное мышление и попытаться представить размер яичников.

Яичники расположены внизу живота женщины по обеим сторонам матки, с которой каждый из них связан маточной трубой. Имеет форму сливы, длину $3-5$ см, ширину 2 см, толщину 1 см, массу $5-8$ г. Правый яичник несколько больше левого (у правшей).

Как видишь, яичники — это парный орган небольшого размера, но с большими серьезными функциями. Это не только инкубатор — хранилище для яйцеклеток, это еще и орган, который с помощью вырабатываемых им гормонов контролирует работу и время функционирования всего организма в целом.

Думаю, понятно, что, имея столь скромные размеры и столь серьезные функции, орган должен иметь простую и надежную программу собственной жизнедеятельности.

Само собой разумеется, что эта программа должна включать в себя обратную связь со всем организмом женщины.

Понять принцип обратной связи достаточно просто — организм реагирует на жизнедеятельность яичников, а яичники реагируют на жизнедеятельность организма.

Например — повышенное выделение эстрогена яичниками тормозит работу гипофиза, что, в свою очередь, тормозит выработку яичниками эстрогена.

Чтобы понять, как работает программа глобальной обратной связи между организмом и инкубатором-таймером (яичниками), рассмотрим, что нужно инкубатору для нормальной работы.

Как мы определили, функция таймера выполняемая яичниками, зависит от функции инкубации, то есть массового сохранения жизнеспособных ооцитов.

Обратная связь в этом случае такая — организм стареет, когда в инкубаторе основная масса ооцитов погибла, с другой стороны, ооциты гибнут, если организм стареет.

Прошу обратить внимание, что это не одно и то же:

в первом случае — в яичниках гибнут ооциты, что включает таймер и программу старения всего организма;

во втором — деструктивные программы нарушают функции организма, яичники реагируют на такие изменения массовой гибелью ооцитов, что, в свою очередь, является командой для запуска механизма старения, который усиливает действие деструктора и т. д.

Центральный алгоритм этой программы, думаю, понятен, остается рассмотреть, что, собственно говоря, нужно инкубатору, чтобы сохранить жизнедеятельность спящих яйцеклеток?

Внимание, мы вплотную подошли к идее простоты, лежащей в основе сложной программы.

Для ответа на вышеуказанный вопрос попрошу представить, что случится, если обычный домашний холодильник отключить от электропитания. В зависимости от времени отключения продукты или подпортятся, или попросту протухнут.

Абсолютно то же самое произойдет со спящими яйцеклетками, если лишить их снабжением энергией — они или испортятся, или (протухнут) умрут.

Итак, яичники — это отдельный механизм (орган), для которого организм будет средой обитания, при этом организм зависит от работы яичников. Таким образом осуществляется «взаимовыгодное сотрудничество».

Задача организма при таком сотрудничестве будет следующей: организм должен обеспечить условия для нормальной работы яичников. Это значит, что инкубаторы нужно защитить и обеспечить энергией.

Защитой будет:

1. Ограждение от механических повреждений. От таких повреждений яичники защищены тканями организма, поскольку в отличие от мужских репродуктивных органов находятся внутри системы, а не снаружи.

2. Ограждение от проникновения патогенной микрофлоры. От ее проникновения должна защищать иммунная система организма.

3. Поддержание постоянного температурного режима. Ниже мы подробно рассмотрим реакцию яичников на переохлаждение.

Обеспечение энергией — это:

1. Обеспечение глюкозой и необходимыми витаминами и микроэлементами.

2. Своевременная доставка необходимого для сжигания глюкозы количества кислорода.

Для обеспечения инкубаторов энергией важнейшую роль играют циркуляция крови и баланс сахара и гемоглобина в крови. Думаю, понятно, что застой крови в области таза приводит к тому, что снабжение инкубаторов энергией снижается — если кровь «стоит», то питательные вещества не подводятся, кислорода не хватает — яичники начинают «задыхаться»...

Если баланс сахара и гемоглобина нарушен и сахара больше, а гемоглобина меньше, то получается, что поступающая с кровью глюкоза не может быть использована, поскольку низкий гемоглобин приводит к нехватке кислорода — яичники так же задыхаются.

Если на этот процесс накладываются проблемы с иммунной системой, то дополнительная энергия уходит на борьбу с патогенными микроорганизмами — в результате работа инкубаторов нарушается до такой степени, что спящие яйцеклетки гибнут в массовом порядке.

На гибель ооцитов таймер включает программу старения.

Вот вам и весь механизм.

При этом организм так устроен, что женщина о массовой гибели спящих яйцеклеток узнает, только когда подойдет к зеркалу и увидит намечающиеся старческие морщины...

Для лучшей визуализации процесса посчитаем, сколько ооцитов среднестатистически гибнет на протяжении месяца. Для этого количество погибших к сорока ооцитов (379 600) разделим на тридцать лет, получим, что в год гибнет приблизительно 12 600, соответственно в месяц — ориентировочно 1054 ооцита.

Итак, за всю жизнь используется не более 400, а ежемесячно гибнет более 1000 ооцитов — согласитесь, есть над чем задуматься.

При этом прошу учесть, что на самом деле процесс идет по нарастающей — мы посчитали среднее число, но, скорее всего, у молодой девушки эта цифра значительно меньше тысячи, а у женщины среднего возраста значительно выше...



Запомни: программы-деструкторы ускоряют таймер, их воздействие приводит к массовой гибели спящих яйцеклеток.

Теперь постараемся обобщить вышесказанное.

Мы знаем, что хирургическое удаление яичников (кастрация) в репродукционном возрасте сразу состарит организм женщины.

С другой стороны, «естественное» старение выглядит как растянутая во времени кастрация...

Протекание процесса старения напрямую зависит от постепенной гибели спящих яйцеклеток.

Средняя скорость умирания последних равняется приблизительно 1000 ооцитов в месяц.

Массовая гибель спящих яйцеклеток наступает при каждом «отключении энергоснабжения» — недостатка глюкозы, а главное, нехватке кислорода — когда яичники буквально задыхаются.

Другая причина массовой гибели ооцитов вытекает прямо из первой — как только энергоснабжение зоны яичников падает настолько, что организм перестает справляться со своей защитной функцией, возникают разного рода воспалительные процессы...

Обе причины напрямую контролируются программами-деструкторами, о наличии которых можно узнать по ожирению, молочнице, хламидиозу, эрозии шейки матки, сальпенгофориту и аднекситу, эндометриозу и т. д.

В основе каждой программы-деструктора лежит соответствующий **трансматический код**, который блокирует программу репродукции. По принципу обратной связи блок программы репродукции усиливает действие деструктора... в результате система входит в общий деструктивный цикл.

Подобный цикл придает ускорение общей программе старения и затрагивает все три тела (оболочки) женщины — тело разума, социума и физическое тело.

По мере того как деструктор распространяется по всем трем уровням — все три оболочки начинают вибрировать в одном и том же деструктивном резонансе... Именно поэтому чрезвычайно сложно справиться с программой-деструктором — если воздействовать на нее только на одном уровне, то деструктивные вибрации можно погасить, но только на время.

Как только это время пройдет, вибрации с двух других уровней вернут систему к общему деструктивному состоянию.

Именно по этой несложной причине классическая медицина полностью бессильна перед большинством «женс-

ких» заболеваний. Временное улучшение в подавляющем большинстве случаев переводит заболевание в хроническую фазу.

Так происходит только потому, что медицина воздействует на одном (физическом) уровне, совершенно не затрагивая два других. Более того, при этом медицина всегда борется с симптомом заболевания и никогда с его реальными причинами.

Итак, программа-деструктор кастрирует женщину, и этот процесс растянут во времени, а кастрация, как нам известно, приводит к старению...

Справиться с программой-деструктором можно, только воздействуя на все три тела женщины одновременно.

Как это делать, Я далее расскажу самым подробным образом. Декодировать деструктивные ритмы организма будет первичной задачей, которую выполняет трансхедер.

Параллельно с воздействием на деструктивные программы система трансединга предусматривает аккуратное замедление действия таймера.

Если первой задачей трансхедера является отключение и приведение в норму программ — ускорителей старения, то задача номер два — это частичное отключение самой программы старения.

Центр программы старения, как мы выяснили, находится в яичниках — с помощью ежемесячных «хороших ооцитных циклов» таймер отсчитывает время жизни женщины. Для того чтобы молодость стала естественным состоянием, распространяющимся на весь средний возраст, а средний возраст заменил и вытеснил старость, необходимо не только предотвратить массовую гибель спящих яйцеклеток, но и замедлить весь менструальный цикл женщины.

Современная женщина рожает один, два, максимум три раза в жизни — при этом организм (по старой памяти) каждый месяц приводит репродукционную систему в

готовность. Так же ежемесячно организм разрушает эту готовность (отмена), для того чтобы в следующем месяце повторить все заново.

Ежемесячная подготовка к репродукции и последующая отмена сопровождается управляющим гормональным повышением и понижением, что само по себе является сильнейшим стрессом — который переживается впустую.

Постепенно передвигая сроки, женщина-трансхедер начинает контролировать процесс овуляции. Снижая общее годовое количество овуляций, женщина не только продлевает репродукционный период, она получает дополнительную энергию, ту которую организм тратил на пустой менструальный цикл.

Надеюсь, общий механизм, по которому происходит старение, понятен. Если нет, то рекомендую усилить возможности Твоего аналитического полушария, а для этого лучше всего перечитать непонятое на голодный желудок.

Идем дальше: в следующей части Я расскажу о программах-деструкторах (ускорителях старения), а после этого о том, как научиться контролировать свои управляющие гормоны и замедлить действие таймера. К концу книги Ты узнаешь всю схему, с помощью которой не только получишь новые силы, но и сможешь сколь угодно долго быть в молодом и сильном теле...

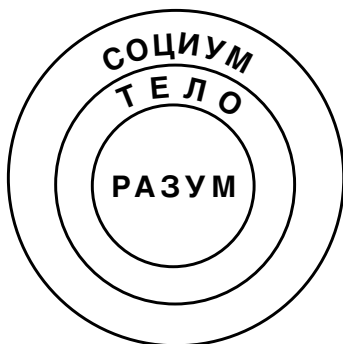
Прежде чем приступить к описанию программ — ускорителей старения, познакомлю Тебя с отрывком из другой Моей книги. Она называется «Золотой дождь» и рассказывает о некоторых аспектах управления. Книга предназначена для другой аудитории, но нам этот отрывок нужен для того, чтобы понимать, что из себя представляют три (упомянутых Мною выше) тела.

Три тела

Частью этого механизма будет следующая абстракция: разделим общее информационное поле человека на три

оболочки — социальную, разума, телесную. Каждая из этих оболочек (тел) имеет свое информационное поле, находящееся в тесной взаимосвязи с остальными. Используя такого рода абстрагирование, мы можем увидеть, что происходит с информационными потоками при прохождении от одного тела к другому.

Таким образом, мы получаем три информационных поля, проходя через которые информация получает те или иные искажения.



На рисунке вы видите оболочку разума (тело сознания), физическую оболочку тела человека (далее физическое тело), оболочку социума (социальное тело).

Из общего информационного поля мы выделили три уровня, при этом каждый из этих уровней имеет свои яркие особенности и свои искажающе-блокирующие программы.

Для наглядности приведу примеры таких управляющих воздействий:

1. Если у человека возникает серьезная болезнь (например, язва желудка или того хуже, злокачественная опухоль), то подобное искажение на уровне физического тела окажет дальнейшее искажающе-блокирующее действие на два других уровня. Нетрудно понять то, что больной человек начинает мыслить с коррекцией на свою болезнь — ин-

формация, не связанная с болезнью, все больше и больше блокируется и, напротив, все, что связано с лечением, вызывает нарастающий интерес. Как результат, социальная оболочка получает свою долю коррекции с учетом новых условий...

2. Искажение на уровне тела сознания выглядит еще проще — если человек, например, напуган, то физическое тело отреагирует мгновенно и уже исходя из двойного искажения будет строиться реакция социального тела (заведомо понятная).

3. Любое изменение в социуме (например, потеря дохода или внезапное богатство) внесет коррективы в социальное тело человека, а тело сознания отреагирует негативным мышлением, в результате которого возникший стресс может проявиться на физическом уровне в виде заболевания.

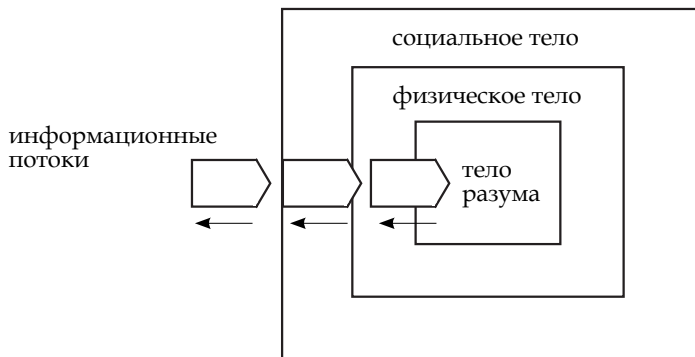
Как видно из примеров, оболочки активно взаимодействуют между собой, при этом активно влияя друг на друга.

Попробую дать короткое описание каждой из оболочек:

Тело разума — это отнюдь не мозг (мозг относится к физическому телу). А вот информация, находящаяся в недрах мозга, как раз и будет оболочкой сознания. Занимается мышлением центр Я-сознания, он поставляет и принимает информацию.

Социальное тело представляет собой набор программ социального реагирования, включая коды взаимодействия с разнообразными контактерами всех уровней. Поставляет и принимает информацию.

Физическое тело человека является посредником между социальным телом и телом сознания, соответственно основной его функцией является способность служить проводником для информации. Физическое тело не только разграничитель, отделяющий тело разума от тела социума, но фактически оно зажато между ними и поэтому испытывает двойную нагрузку.



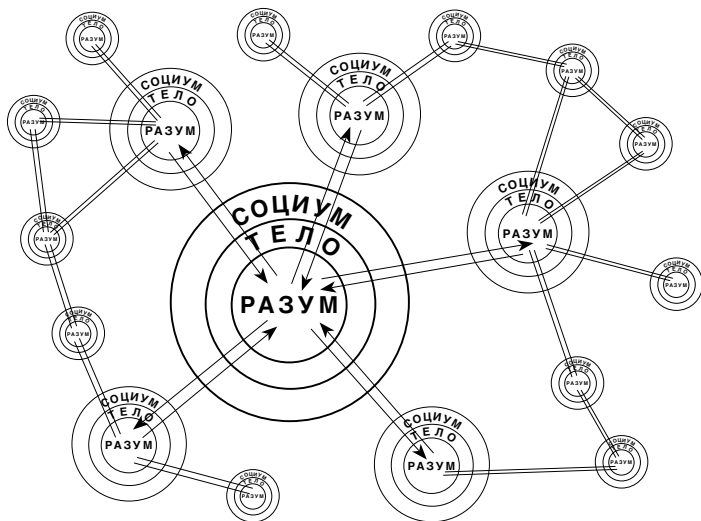
Как видно из рисунка, информационные потоки имеют два направления — к телу разума и от него. Проходя каждую оболочку, информация искривляется под воздействием блоков, содержащихся внутри каждого тела. Отсюда следует простой вывод: информация на входе всегда отлична от той, что дошла до тела разума; впрочем, информация на выходе всегда отлична от той, что «родилась» в теле разума (думаем одно, а говорим совсем другое).

Вывод номер два: влияя на одно из тел, вы влияете на два других. Отсюда вытекает старое как мир утверждение — «в здоровом теле здоровый дух». Благодаря приведенной схеме как никогда легко понять, что, укрепляя физическое тело, человек не только воздействует позитивно на тело разума, но и в значительной мере координирует социальное тело.

Можно начать и с тела разума, но в любом случае, пока физическое тело пребывает в болезни, ожирении и немощи, дух не будет силен, а разум светел, про социальную оболочку даже говорить не стоит.

Итак, с чего бы вы ни начинали, трансматика предусматривает только один вариант развития событий — без здорового, сильного, подвижного физического тела ни одна «духовная» практика не даст стойких положительных результатов.

Продолжу о теле социума и о самом социуме и нашем месте в нем.



Как видите, одни тела разума находятся в контакте с другими телами разума за той разницей, что для центрального тела все другие будут представлять среду. Это значит, что центральный разум «видит» только себя, другого разума он не «видит», поскольку ему предъявляется социальная оболочка, за которой видно физическое тело.

Самое интересное в этом видении, что разум при всем при этом не видит ни своего физического, ни социального тела, но отлично видит социальное и физическое тело контактов.

На рисунке хорошо видно, что информация, проходя от одного тела сознания к другому, дважды проходит через социальную оболочку и дважды через физическую, при этом получая сложное искажение четвертой степени. Поясню — в первой степени (когда информация проходит через одну оболочку) искажение простое, вторая степень — это когда уже искаженная первой оболочкой информация

искажается следующим телом. Получается — искажение искажения.

В таком виде информация выходит из одной системы и попадает в другую систему, где дешифруется сначала телом социума, потом физическим телом. При дешифровке, если блоки второй системы совпадают с блоками первой, первые два искажения останутся без изменений, если блоки второй системы отличаются от блоков первой, то искаженная информация исказится еще два раза. Получится искаженное, искаженное искажение искажения.

Вывод: центральный разум всегда имеет дело только со сложно искаженной информацией.

Забегая вперед, скажу, как строится сложное тело социума. Центральный разум прочно закреплен в теле социума обоюдными связями. Одна обоюдная связь — это один информационный канал. Таким образом, обоюдные связи с контактерами удерживают центральный разум в теле социума. Получая подобную фиксацию, система закрепляется как проводник для своей части информационного потока.

Каждый проводник имеет контакты с другими зафиксированными проводниками, они, в свою очередь, со следующими и т.д., в итоге получаем всеобщую взаимосвязанность...

Возвращаясь к теме трех оболочек, хочу сказать несколько слов про четвертое тело, которое не является оболочкой, а является центром системы: это та часть, которая присылает в зону разума готовые ответы, та часть, где «прописаны» управляющие программы и очередность их включения.

Именно эта часть управляет всей системой, и именно это управление мы будем тщательно изучать на уровне второй ступени.

P. S. Выбирая учителей для себя и своих детей, обратите внимание на их физическое тело, выбирая врачей обратите внимание на физическое тело.

Врач должен быть сам здоров, уролог с простатитом или сексолог, не ведущий сексуальную жизнь, — это люди, представляющие прямую угрозу.

Нездоровый вид врача скажет вам о том, что, обращаясь к нему, вы ничего хорошего не получите — больные не должны лечить больных.

Если физическое тело учителя нездорово: излишки жира или нехватка мышечной массы (худоба), просто некрасиво и т.д., будьте уверены — две остальные оболочки тоже далеки от идеала.

Рекомендую учитывать искажение информации, возникающее при взаимодействии с таким передатчиком. Говоря «передатчик», я имею в виду, что контактеры обычным образом просто передают информацию, искажая ее в момент передачи, редко когда контактер обладает незаблокированной способностью самостоятельно генерировать информацию.

О программах — ускорителях старения

Прыщи — начальное отталкивание

Всем нам хорошо известно выражение «прыщавый подросток», и говорит это только о том, что есть период, когда появление прыщей почти естественно. Это время полового созревания. Медицина ставит диагноз — «возрастное» — из серии само пройдет...

Но что, если не проходит?

А если проходит, то начинается заново — снова и снова?

Именно тогда выясняется, что медицина попросту не понимает природу этого явления. Специалисты-кожники начинают поочередно предлагать пациенту все, чем они располагают, от «чудесных» лосьонов до гормональных противозачаточных средств, инъекций озона или лазерного пилинга лица.

Скажу, что дерматологам иногда по-настоящему везет и явление на одном из методов может пройти. Ровно с таким же успехом может и «не повезти» — то есть не пройти вовсе или пройти, а через некоторое время начаться заново...

Посмотрим, что говорят сами девушки, которые столкнулись с этой проблемой:

Начиная лет с пятнадцати появились прыщи. Мне двадцать два, а они никак не проходят. Пользовалась «Зинеритом» и прочими средствами. После пользования где-то месяца три-четыре проходит и все вылезает снова.

С 13 лет мучают прыщи, не знаю, что с ними делать, они мне жизнь портят. Вот год назад ходила к терапевту. Она дала направления на сдачу кала, УЗИ и к дерматологу. Дерматолог вообще ничего не сказала, анализы не смотрела, только мазь прописала, которая не помогает. Я вообще в жутком состоянии и не знаю что делать! Что только я не перепробовала!

Я ходила к дерматологу около года каждые три недели, она из меня подопытного кролика сделала – и подсушивающие мази я на ночь мазала, и таблетки пила, и не ела ничего острого и жареного, и кровь брали на анализ (проверяли на гормоны), потом мне сказали, что у меня стресс, который по-своему проявляется...

...Сколько и чего только ни пробовала – все лажа!!! И к дерматологу ходила, и на озонотерапию ходила, и еще куда-то.. забыла, но не важно, один хрен – не помогает! А уж средствами от прыщей и для проблемной кожи забита дома целая коробка от компа. Муж выкинуть порывается – пока отстаиваю. Пыталась положить на эту проблему – ни фига, как только захожу к зеркалу, плакать хочется. Пила «Жаннин», «Три-мерси», сейчас пью «Ярину» – ноль! Хотя пью для того, чтоб не залететь, но и на такой побочный эффект, как убирание прыщей, рассчитывала. Избавиться от прыщей нереально! По крайней мере для меня. Руки почти опустились. А может, топор? А?

Эта проблема с кожей изнуряет и заставляет комплексовать!!! Я уже все перепробовала: и чистку кожи в салонах, и мази и т.д.

В итоге плюнула и решила на дорогостоящее лечение лазером. Чтобы убрать всю эту гадость!

...Надо еще и обследоваться у гинеколога и эндокринолога».

Блин.... прыщи – проблема...

Год назад от них избавилась... сил опять с ними бороться просто нет... руки опускаются... как вспомню, что вытворяла с бедным лицом в прошлый раз...

Проблемы с лицом начались давно (еще в подростковом возрасте). Лицо было ужасное. И только чуть больше года назад нашли причину. До этого что только не перепробовала и к кому только меня не водили.

Оказалось, что повышенное содержание мужских гормонов. Назначили ОК, кожа в первый же месяц приема стала лучше. Плюс еще с утра лицо мазала базироном, а вечером розаметом.

А пару недель назад дерматолог вместо базирона и розамета назначила ретиноевую мазь на ночь. Сначала вроде нормально все было, а четыре дня назад началось покраснение и прыщи лезут. С каждым днем все хуже и хуже.... Каждое утро начинается со слез, потому что как только вспомню, что я столько времени мучилась и теперь опять все начинается. Психика моя не выдерживает, я не хочу повторения!!!!!!

...У меня жировики на лице! И уже давно... Давить невозможно, должно пройти много времени, чтобы они вылезли совсем наружу, а потом новые и новые... Ходила к косметологу, удалили лазером, а потом опять по новой. Причем косметолог и сам толком не знает, чем помочь, чтоб наверняка.

Что делать?

Действительно делать-то что? Косметолог не знает, дерматолог не знает — медики и рады помочь, но не знают, чего еще предложить...

Попробуем сами разобраться: прыщи — что же это все-таки такое?

Главное, что предстоит нам выяснить — насколько это явление представляет физиологическую проблему, а насколько социально-психологическую...

Для этого мы рассмотрим проблему через призму трех тел. В результате такого расслоения мы будем рассматривать не одно явление, а три взаимосвязанные проблемы. Мы выясним, что происходит с физическим телом девушки, как это отражается на ее социальном теле и что по этому поводу ощущает тело разума.

Итак:

Физическое тело. Прыщи появляются на лбу, щеках и подбородке, иногда на груди, плечах, верхней части рук, на спине и ягодицах.

Весь процесс образования на коже прыщей заключается в том, что в саловыводящих протоках волосяных фолликулов формируются пробки, состоящие из загустевшего кожного сала. Бактерии, которые совершенно естественным образом обитают на коже человека, используют подобную ситуацию для своего размножения и начинают проникать в салную протоку.

Организм реагирует и начинает уничтожать патогенную микрофлору (в основном это стафилококки) — в результате это место краснеет, набухает, образуется гной. На коже воспаление может проявиться и как маленькие прыщички, и как огромные гнойные прыщи.

Собственно говоря, это весь механизм образования прыща (или угря обыкновенного).

Самое неприятное, когда воспалительный процесс уходит по салной протоке вниз, в глубокие слои кожи — после таких угрей чаще всего остаются рубцы. Кожа деформируется, выглядит рыхлой и нездоровой.

Все вроде несложно, причины тоже кажутся достаточно простыми — с одной стороны, это гиперфункция салных желез, с другой — явное попустительство со стороны иммунной системы...

Кстати, винить в происходящем бактерии — последнее дело, как и пытаться избавиться от них с помощью очищающих лосьонов — дело в том, что бактерии используют

кожное сало для питания. Организм смазывает кожу, а бактерии попросту утилизируют старую смазку, освобождая место для новой.

Теперь, когда более-менее все понятно, остается ответить на вопрос — каковы причины вышеуказанной гиперфункции и что с иммунной системой?

Ответами мы займемся позже, сейчас же рассмотрим, что в это время происходит с социальной оболочкой тела девушки.

Социальное тело. Первые прыщи появляются на коже лица в самом романтическом возрасте. Начинающееся половое созревание вторгается в мир девочки и полностью преобразует его... Именно в этот период ей хочется нравиться окружающим ее людям и особенно важно отношение мальчиков.

Девочка только учится привлекать внимание противоположного пола, она делает первые шаги на пути, который приведет ее к будущему материнству. Именно поэтому особенно важно все, что связано с этим периодом.

Презрительное «п-р-ы-щ-а-в-а-я пошла» вызывает горькие эмоции в душе девочки-подростка. Детская жестокость хорошо известна, если угревая сыпь на лице не проходит, то девочка обречена на социальное отторжение сверстников — скорее всего, ей придется выслушивать жестокие оскорбления (зачастую сексуального характера).

Помимо оскорблений отторжение может выражаться и в других формах унижительного поведения — бойкотах и пр.

Если ранние (11–13 лет) проблемы с кожей сопряжены с явным унижением, то угревая сыпь на лице в 16–18 лет будет равняться сексуальной дисквалификации. В этот период девушку не будут дразнить, просто раз за разом юношеский выбор будет складываться не в ее пользу.

Та же проблема, но в двадцать и более лет, скорее всего, оттолкнет уже имеющегося партнера. Если молодая женщина замужем, то можно ожидать сексуального охлаждения мужчины, что может служить косвенной причиной будущих измен.

С эстетической точки зрения лицо, покрытое сыпью, отталкивает, люди автоматически отводят свой взгляд... Учитывая эмоциональный фон женщины, пережить это достаточно тяжело.

Тело разума. Красота кожи и красота лица — в нашем сознании между двумя этими понятиями стоит знак равенства. Красоту лица легко портит отталкивающего вида угревая сыпь.

Если физиология этого процесса такова, что о серьезном заболевании не может быть и речи, то уже на уровне социального тела человека мы обнаруживаем жестокое отношение и сексуальную дискриминацию.

В результате незначительное физическое отклонение приводит к своего рода выделению — девочка, девушка получают метку, которую социальное окружение воспринимает как сигнал отторжения (неприятия).

Тело разума в таком случае, ориентируясь на внешние сигналы, начинает деструктивно вибрировать. В итоге самооценка девушки-подростка стремительно падает, в душе поселяется чувство неуверенности.

Сами девушки описывают такое состояние как крайне мучительное, невыносимо жуткое, когда больно до слез. Это постоянный источник беспокойства, нервного расстройства и дискомфорта... Зачастую доходит до того, что проблемы с внешностью приводят к мыслям о самоубийстве.

Испорченное свидание, несчастная любовь, окружающие, которые отводят взгляды, слезы в подушку — навязчивые мысли о том, что уже никто не полюбит, — таковы тяжелые, болезненные вибрации оболочки разума.

Сознание девушки мечется в поисках выхода — в дело идут «тонны» пудры, сотни тюбиков тональных кремов, огромное количество прочей косметики. Если симптом отсутствует, то каждое покраснение может вызвать панику, что опять началось, — и прежний ужас возвращается...

В результате у молодой девушки складывается стойкое ощущение, что весь мир смотрит на нее как на человека с изъяном.

Внутреннее состояние такое, что готова «продать душу», лишь бы все это закончилось...

Что ж, душа — это уже кое-что, но таких жертв от вас никто не требует, усилия, конечно, приложить придется — заверяю выход есть, причем результат гарантирован.

И начать нужно, конечно, с тела разума, как только Ты поймешь, как это работает, считай, полдела сделано.

Внимание: трансматика процесса.

Знаешь ли Ты, что прыщавых старух не бывает? Это значит, что данный симптом возникает только у молодых, уже способных к оплодотворению девушек. При этом у основной массы к 20 все проходит. И уже совсем редко рассматриваемое нами явление можно встретить в 25—30 лет.

Согласись, просматривается тенденция к тому, что проблема зависит от каких-то возрастных особенностей. Но вопрос — от каких именно?

Медицина связывает физиологию процесса с гормональным скачком, который сопровождает половое созревание. Если точнее, то с повышением уровня тестостерона — мужского стероидного гормона, который вырабатывается и женским организмом (в 10—15 раз меньше, чем у мужчины).

Андрогены, мужские половые гормоны, управляют многими процессами в организме и мужчин, и женщин, в частности, под их действием происходит увеличение количества выделительных клеток сальной железы. Фактически это говорит о том, что половозрелый организм более активен и ему требуется больше поверхностной смазки. При этом характер смазки также меняется — она становится более плотной и вязкой.

Ага, радуются медики, вот она причина — мужские гормоны!

И действительно, в ряде случаев уже у половозрелых женщин изменение гормонального фона с повышением андрогенов вызывает появление угревой сыпи. Часто временный гормональный дисбаланс приводит к тому, что прыщи появляются перед менструальным кровотечением.

Путь эскулапы себе радуются, но гормональный фон меняется у всех девушек, и половое созревание тоже массовый удел — тем не менее «прыщавыми» становятся совсем немногие. Более того, зачастую эта проблема возникает позже, когда половое созревание благополучно закончилось.

У меня проблема — появились прыщики. На лбу и подбородке. Я не знаю, как это назвать, прыщи или угри, но они есть. Мне 21 год, вроде как переходный возраст прошел. Что делать? Я думала идти к врачу, но это планируется сделать через неделю (так как экзамены у нас и времени нет). В прошлом году у меня такая же проблема была... У меня остались шрамы от них. Боюсь, что сейчас так же будет.

...В предпензионном возрасте (24 года) начались какие-то ужасы — на лбу и подбородке, а иногда даже чуть на щеках высыпало кучу маленьких прыщиков.

Кроме того, помимо гормональных колебаний существует еще масса физиологических явлений, которые сопровождаются появлением прыщевой сыпи.

Эскулапы в виде причин называют целый ряд серьезных нарушений деятельности организма — от проблем с желудочно-кишечным трактом до заболевания гипофиза, надпочечников и женских половых органов.

Только это не совсем так — причина возникновения прыщей всегда одна — это закупорка саловыводящих протоков. И уже следующим шагом начинается воспалительный процесс.



Запомни: закупорка саловыводящих протоков — это единственная физиологическая причина.

Теперь нам остается выяснить, по каким причинам смазка начинает застревать в выводном канальце.

Чтобы представить, как протекает сей процесс, нам потребуется сковорода и кусок сливочного масла — на горячей сковороде сливочное масло тает и становится жидким, а если сковородку снять с огня и дать ей остынуть, то масло снова загустеет и застынет.

Один в один процесс идет и в нашем организме: сливочное масло — это животный жир, смазка для поверхности кожи человека — тоже животный жир. Соответственно с понижением температуры смазка густеет, с повышением, напротив, становится более жидкой, а следовательно, и более подвижной.

Температура сковороды повышается после того, как Ты повернула ручку и включила плиту, температура внутри тела повышается из-за того, что сгорает глюкоза.

Глюкоза — это топливо для нашего организма, чтобы извлечь энергию, организм сжигает глюкозу точно так же, как мы сжигаем обычные дрова. Для обеспечения этого процесса кровь доставляет в мышцы (мотор) глюкозу и кислород. Сгорая, глюкоза распадается на воду и углекислый газ.

Углекислый газ мы выдыхаем, а вода выходит в виде пота и мочи, по дороге захватывая с собой различного рода шлаки и всевозможные излишки.

Одна из основных функций потоотделения — охлаждение организма — испарение влаги с поверхности кожи приводит к охлаждению ее поверхностного слоя.

Человек не замечает, но за сутки при комнатной температуре с его кожи испаряется около 0,6 литра жидкости. Если внешняя температура повысится или человек начнет активно двигаться (физическая нагрузка), то потоотделение усилится (до 14 литров в день).

Теперь попрошу твоего внимания, сосредоточься — попробуй представить, что произойдет, если температура не будет повышаться, а охлаждение, вызванное потоотделением, все же усилится?

Представь, что на растопленное сливочное масло вылили воды из-под крана — и масло тут же застыло.

То же самое происходит в моменты нереализованного возбуждения. Дело в том, что организм на любое возбуж-

дение — страх, агрессию, сексуальное возбуждение — реагирует одним и тем же способом — готовится активному физическому действию.

Для этого в кровь поступает «лошадиная» (в зависимости от уровня возбуждения) доза адреналина, что влечет за собой почти мгновенное повышение сахара в крови и ускорение всех обменных процессов. Хочется заметить, что в дикой природе реакция на возбуждение — это всегда физический ответ — животное или нападает, или убегает, или спаривается...

Наши предки еще недавно (5–10 тысяч лет назад) поступали ровно так же... **Для современного человека (увы!) за стадией возбуждения следует стадия сдерживания**, то есть естественный, физический ответ социально блокируется.

Для кожи этот блок выглядит следующим образом — когда первый выброс адреналина ускоряет обменные процессы, в мышцы начинает поступать больше топлива; потоотделение усиливается; выделение сала на поверхность кожи тоже.

Организм «рассчитывает» на тепло, которое будут выделять мышцы в процессе работы. Но работы никакой не происходит. Во время даже легкой физической нагрузки приток крови к коже увеличивается в три раза, а значит, и теплообмен увеличивается в три раза.

Нет нагрузки, нет и увеличения кровотока, то есть нет повышения температуры, на которое «рассчитывал» организм. А что есть? Избыточное, опережающее потоохлаждение, которого вполне достаточно, чтобы охладить толком не разогретое сало...

Особенно хорошо процесс идет на лице — здесь от 400 до 900 сальных желез на квадратный сантиметр и до 200 на квадратный сантиметр потовых желез (в области лба). Учитывая, что кожа лица представляет незащищенный участок тела, дополнительное охлаждение создает идеальные условия для загустения и застывания кожного сала.

Кроме того, хорошо известно, что при охлаждении поры сужаются, и сальные протоки не исключение. В результа-

те на стадии возбуждения салопотоотделение усиливается, но без дополнительного подогрева со стороны мышц и усиленного кровотока поверхность кожи переохлаждается, поры сужаются — сало густеет и не может пройти через сужившуюся протоку. Образуется пробка.

Если бы кровоток усилился, как и предполагалось (в три раза), во столько же раз увеличилось бы и количество лейкоцитов, которые уничтожают патогенную микрофлору. Соответственно, никакие стафилококки не смогли бы в таком случае комфортно поселиться в будущем прыще.

Даже при таком раскладе ничего особо серьезного данный процесс не представляет, наш организм без труда справляется и с более серьезными проблемами. А уж с прыщиками справиться вообще нет проблем.

Все так, если бы не одно **но**.

Любой живой организм очень хорошо умеет приспосабливаться к внешним условиям обитания, и наш организм не исключение. Поэтому система научилась использовать вышеупомянутый несложный механизм в «своих интересах».

С этого момента начинается самое интересное, физиология заканчивается и начинается трансматика.

Чтобы проще понять трансматику процесса, пойдём от обратного — мы знаем, что вид молодой девушки с прыщами на лице действует отталкивающе на представителей противоположного пола.

Это значит, что для того, **чтобы системе заблокировать сексуальную энергию, достаточно всего-навсего относительно небольшой прыщевой сыпи.**

Разберемся — только что мы рассмотрели, как стресс, а это именно он, отражается на самом верхнем слое кожи.

Теперь мы вплотную подошли к «возрастным особенностям», которые упоминались нами ранее. Каковы они?

Именно мужские гормоны (андрогены) определяют половое влечение женщины к мужчинам. Во время полового созревания девочки организм сталкивается с новыми для него ощущениями, к которым он со временем адаптируется.

Поэтому именно в юном возрасте девочки столь ранимы и столь подвержены сильнейшим стрессам. То, что мы чувствуем как душевное высокоэмоциональное переживание, наш организм переживает как адреналиновый стресс.

Повторюсь, это стресс потому, что **фаза возбуждения сменяется фазой сдерживания, которая наступает вместо реализации.**

При этом в «романтическую» пору влюбленностей фазы возбуждения у подростков меняются со скоростью света — девушка переживает калейдоскопы состояний: страх и смущение, сексуальное притяжение, симпатию и злость (агрессию)...

Одно состояние меняет другое — лирическое притяжение сменяется ревностью и обостренным соперничеством. Мы не склонны разбираться, в какой момент какое чувство мы переживаем — мы весь этот коктейль называем любовью.

Тем не менее любое наше эмоциональное состояние — это либо сексуальное возбуждение (влечение), либо страх (или его блок), либо агрессия (злость и т.д.), либо смесь из этих состояний, когда одно состояние переходит в другое.

Хочу подчеркнуть, для нашего организма никаких трех состояний нет — для него это всегда одно и то же состояние — фаза возбуждения, просто впрыск в кровь адреналина.

Впоследствии по мере взросления уровень гормонов в организме стабилизируется и переживания станут менее яркими, соответственно и реакция на них будет совсем другая.

Поэтому у большинства «подростковые» прыщи к двадцати годам пройдут.

Двадцать лет — к этому возрасту подавляющее большинство девушек уже не только имеет опыт первого сексуального контакта, но уже имеет более менее постоянного партнера...

Это важный момент. Вспомните, как реагирует на угревшую сыпь социальное тело девушки, и поймете, какова связь между этим явлением и сексуальностью.

Каким бы внешними данными ни обладала девушка, высыпания на лице перечеркивают все — они отталкивают.

Наличие подобного симптома говорит нам о наличии блокировки сексуальной энергии. Это и есть основная нефизиологическая причина — временный блок сексуальной энергии.

Точно так же, как некоторые животные агрессивной окраской отпугивают хищников, организм девочки-подростка отпугивает представителей мужского пола.

Это как проклятье волшебника (колдуна) — блок работает независимо от желания подростка и перестает работать, как только наступит время. Впрочем, организм может воспользоваться проверенным способом, если впоследствии ему нужно будет отпугнуть мужчину.

Нетрудно понять, что если программа животного, имеющего отталкивающий окрас, спасает ему жизнь, то отталкивающий блок «спасет» девочку-подростка от ранних сексуальных контактов.

Несмотря на то что подобные блоки почти невозможно увидеть самостоятельно, попытаться можно — спроси родителей, во сколько лет можно начинать половую жизнь, — скорее всего, цифра, которую озвучивают, это как раз район двадцати лет.

Чем более гротескно ограничивающее мнение родителя, тем сильнее будет соответствующий блок. Прошу помнить, что блок существует как вне сознания девочки, так и вне сознания родителя. Когда родитель передает блокирующую программу, то это его собственная программа, и он совершенно не осознает того, что делает.

Если говорить конкретно о прыщавости, то в девяноста процентах случаев это блокирующая программа, перешедшая от отца и, скорее всего, поддержанная матерью.

Если заглянуть за оболочку сознания девушки, носителя данного блока, то можно обнаружить сильнейший страх перед представителями противоположного пола. На начальном

слое это будет страх общения, страх телесного контакта, потери девственности, а если зайти глубже, то страх перед отцом.

За оболочкой сознания четко отпечатывается нежелание отца отдавать любимую дочь чужому, молодому мужчине — поскольку на уровне сознания его запреты не действуют, программа проявляет себя изнутри. Отцовский запрет проявляется как временный кастрационный блок, нейтрализующий сексуальность девушки-подростка.

В ближайшем развитии блокирующая программа может проявить себя как отсутствие сексуальной чувствительности (фригидность).

Но не полная, а частичная, то есть клиторальная, возбудимость будет в норме, а вот глубокие вагинальные ощущения будут заблокированы.

Если не будет воздействия дополнительных факторов, то окончательно блок может перестать действовать или через некоторое время после свадьбы, или после рождения первенца. В таком случае можно ожидать, что молодая женщина приобретет полноту ощущений и сможет чувствовать и вагинальный оргазм тоже.



Внимание: при выявлении неосознанной структуры блока и проявлении ее на сознательном уровне происходит процесс декодирования; если трансматик поддерживает декодирование и вводит соответствующие перемены в ежедневную матрицу свойственной ему жизни, то симптом полностью проходит.

Всем известен опыт, когда под гипнозом дотрагиваются до кожи человека карандашом, а сообщают, что это зажженная сигарета, — мгновенно возникает воспаление на коже, имитирующее ожог. Тот же опыт можно проделать и без всякого гипноза — испытуемому показывают раскаленный на огне стержень, незаметно меняют его на охла-

денный и дотрагиваются до кожи — результат тот же — воспаление.

О чем это говорит?

В первую очередь о том, что организм «совершенно спокойно» может управлять реакциями кожи — в частности, может вызывать воспалительный процесс, даже при отсутствии надобности.

У меня прыщи стали появляться. В переходном возрасте не страдала прыщами, да вообще никогда не страдала, пока не пошла в спортзал. Питаюсь правильно, отдельно, много овощей и фруктов, перед едой пью отруби и зародыши пшеницы. Не курю, алкоголь вообще не употребляю. Крем использую именно тот, который прописал дерматолог, без запаха. Больше ничего на лицо не мажу. Прыщи у меня такие мелкие, красненькие. Хожу в спортзал регулярно. Прыщи появляются в области носа и на лбу. Летом, когда не ходила в спортзал, все прошло. Что делать?

Именно этой функциональной особенностью объясняется то, что прыщевая сыпь зачастую возникает у девушек, активно занимающихся спортом. Дело в том, что у спортсменок высокая физическая активность и поэтому стресс по большей части имеет возможность разрядки.

Этот факт дополнительно подтверждает то, что организм использует сыпь как внешний сигнал для отталкивания. Сигнал, который предназначен для противоположного пола. Сама девушка по этому сигналу может определить наличие у себя программы, блокирующей сексуальную энергию.

Диагностика в данном случае будет предельно проста — чем сильнее проявление симптома, тем серьезнее блок. Например, если стойкие высыпания располагаются в области рта или подбородка, то блок сильный — и прыщавостью дело, скорее всего, не кончится — необходимо тщательным образом проверить придатки. Возможно, физиология блока уже приобрела более серьезный характер.

Такой пример вы можете увидеть на лице у одной из наших известных теннисисток, сексуальная жизнь которой находится под тотальным контролем отца.

В возрасте, когда половое созревание уже произошло, наличие на лице начального симптома отталкивания расскажет молодой женщине, что она за оболочкой сознания противится тому или иному сексуальному контакту.

Это может быть ее постоянный сексуальный партнер, например муж, секс с которым превратился в «обязанность». Или напротив, ситуация, когда есть мужчина, с которым женщину тянет переспать, но тогда она поставит под угрозу свой брак...

...После рождения дочки начались жуткие проблемы с лицом – постоянно прыщи как у подростка + моя аллергия. Промучилась три года.

В случае с мужем (постоянным партнером) симптом возникает на ровном месте, для отторжения всегда есть неосознанные причины – например, измена, наличие маленького ребенка, или то и другое, или вообще что-то третье...

В случае симпатии на стороне организм с помощью симптома может защищать женщину, уберегая ее от измены и, соответственно, от серьезнейшего внутреннего конфликта.

...Лицо еще ничего, а основная проблема на шее, плечах и спине! Мне 26 лет (почти), у меня прыщики и пятна на шее, плечах, спине, так ужасно, что не могу уже сколько времени надевать открытые платья, кожа выглядит нечистой, противно самой себе.

Я обращалась к дерматологам, косметологам, эндокринологам, проверяла кишечник, но каждый из врачей назначал мне определенный курс лечения, да, чуть меньше становилось, но совсем не проходило. Прыщи гнойные, бывает просто красные болезненные. Просто не знаю, на что еще нужно сдать анализы?

Я принимаю сейчас таблетки с содержанием минералов и йода, так как эндокринолог мне сказала, что у меня нехват-

ка йода в организме. Чуть прыщи подсушились, но все равно выглядит ужасно.

Я не курю, есть постоянный партнер (а с такими прыщами скоро не будет!!!!), я стараюсь правильно питаться, пью воду с лимоном.

У папы в молодости так же было, но само прошло.

Комментарий: если «основная проблема на шее, плечах и спине», это значит, что блок связан с партнером, с которым есть налаженный сексуальный контакт. Если зайти в зону, расположенную за сознанием, то откроется причина блокирования. В основном это значит, что он изменяет, впрочем, это может быть сигнал о том, что девушка сама присмотрела замену и таким образом пытается отогнать прежнего партнера. Тем не менее в девяноста процентах это измена.

Эта же девушка сообщает:

Ага, и бизнес идет совсем плохо, я одна работаю, мой помощник ушел, так что я уйти не могу, а то вообще никого тут не останется. Может быть, мы закроемся в марте, но к Новому году уже точно знать будем. Все, честно говоря, не ладится.

Молодого человека не бросаю в такой ситуации, представить не могу как бы меня так вот оставили сразу все. Хотя, может, и делаю ошибку, что продолжаю работать, надо быть жестче, может быть, но не хочу ставить молодого человека в рамки «я ухожу через месяц, а ты ищи нового человека в свой разрушающийся бизнес».

Комментарий: цитата номер 2 — это мысли той же девушки, но, как видите, по другому поводу — «молодого человека не бросаю» — как вы знаете, у женской половины человечества сексуальное и все прочее неразрывно переплетено, поэтому подсознательно эта девушка уже приняла свое решение. То, что по этически-моральным убеждениям она не может это решение осознать, проявляется в виде сыпи на теле. Ее упоминание о том, что она чувствует себя «нечистой», говорит о том, что она, скорее всего, уже изменила «милому»...

«Я обращалась к дерматологам, косметологам, эндокринологам, проверяла кишечник» — думаю, нет смысла объяснять, что перечисленные эскулапы в данной ситуации не помогут. Впрочем, выход есть — достаточно понять, как действует блокирующая программа, и принять руководство на себя, то есть выйти из зоны неосознанных поступков, и сразу все пройдет и рассосется — наилучшим способом...

А вот расширенный пример блока сексуальной энергии:

«Мне тридцать, и уже с полгода у меня не проходят прыщи. Причем они расположены на подбородке. Где-то услышала, что, если прыщи расположены в нижней части лица — это проблемы с гинекологией. По этой части, конечно, не все в порядке, ну, как и у всех, но лечусь. Главное, если раньше вскакивал один прыщик перед месячными, то сейчас они фактически не проходят, так меня это достало! Кроме того, кожа у меня чувствительная и после прыщей остаются следики, которые тоже подолгу не проходят».

Комментарий: как уже говорилось, прыщи в зоне рта и подбородка говорят о возможных проблемах с гинекологией в 16—18 лет и о том, что такие проблемы сто процентов есть, если симптом возникает в 30 лет. Причины и сами подобные проблемы мы разберем позже. У этой женщины наличие симптома говорит о неоднократном деструктивном опыте в отношениях с **различными мужчинами**.

Ее социальное тело:

По магазинам люблю только одна ходить, мне так легче, как ни странно, решения принимать. В кино тоже люблю одна ходить, правильно кто-то написал, во избежание угрызений совести.

В кафе-ресторан могу одна пойти, а вот в клубы-бары, увы, нет. Увы, потому что хотелось бы с человеком одним пересечься, а никто компанию составить не может или не хочет.

Комментарий: как видишь, симптом отталкивания действует, более того, она активно выдает действие симптома за свое собственное желание.

Тело разума:

...Надоело мучиться. Решила сама позвонить и поставить все точки над «ё». Блин, поговорили... Включает несознанку, непонималку и т. п. Как всегда, ушел в глубокую оборону, хотя на него никто не напал. Потом совершенно случайно встретила его... и даже не потянуло меня к нему! Я уже обрадовалась – неужели вылечилась! А сейчас – прорвало. Реву, не могу остановиться. И главное, понимаю, что жалеть-то, по большому счету, не о чем, но все равно тяжело.

Комментарий: явный внутренний конфликт, когда социальное требование (замужество и все такое) входит в конфликт с собственным мироощущением, на все это накладывается блок сексуальной энергии...

...Позвонил... едет, поставил перед фактом. Я не смогла отвертеться (да-да-да, как пить дать, не захотела). Руки трясутся. Что делать? Пытаюсь успокоиться. Ничего не выходит. Эх, надо было... нализаться для храбрости.

Приезжал, я так понимаю, ну, место за собою застолбить, что ли, проверить, как оно да что. А я как-то другими глазами на него посмотрела. И поняла, что всякие разговоры будут излишни. Ну не нужны ему в данный момент отношения сколь-нибудь серьезные. И у меня был такой период. Достаточно долгий, когда меня и знакомить с кем-то пытались, и со мной знакомились, а мне это было не нужно. Вот просто не интересовало меня в тот период это. Этим он меня и напоминает. Мне вот тогда мой далекий бывший, сказал, что «твоя проблема в том, что тебе никто не нужен». Вот так.

Переночевал у меня и уехал на выходные к родителям, они в области живут.

Заключительный комментарий: приехал, застолбил, переспали, уехал – неудивительно, что программа блокирует сексуальную энергию; «твоя проблема в том, что тебе никто не нужен» — на самом деле ох как нужен, партнер поп-

росту чувствует на себе силу блокирующего отталкивания, поэтому выносит ошибочное суждение...

Данная женщина, к сожалению, ничего не может поделать с невидимым ее сознанию блоком — поэтому обречена на постоянные неудачи. Это значит, что на уровне сознания она будет пытаться привлечь мужчину, на всех остальных уровнях она будет его отталкивать. При этом ее собственная деятельность по отталкиванию будет от нее скрыта, то есть она сама не сможет понять, что ее «неудачи» тщательно запланированы ее программой.

...Был незащищенный половой акт, месячные пока не пошли, тест опять же пока отрицательный. Но вероятность беременности, согласитесь, большая. Какой лучше аборт сделать, медикаментозный или все-таки мини?

Без комментариев.

Начальное отталкивание и усиленное потоотделение

Раз мы начали говорить о проблемах с кожей, которые связаны с сальными железами, то картина не будет полной, если не сказать о другой проблеме, связанной с внешней границей человека...

Речь пойдет о потоотделении вообще и повышенном потоотделении в частности.

У меня подмышки жутко потеют, тоже не могу надевать нормальную одежду, это напрягает. Руки и ноги все время мокрые, но это меня не волнует почему-то.

Я всю сознательную жизнь мучаюсь оттого, что у меня всегда влажные ладони и стопы. Это у меня лет с шести-семи... Думала, что после переходного возраста пройдет — ничего подобного. У врачей один диагноз — вегетососудистая дистония, которая не лечится. Я пробовала «Фармагель» — не помогает, инъекцию и операцию делать боюсь... Вот вчера был корпоративный Новый

год – я опять *вся измучилась на медленных танцах – не знаешь прямо, чего делать с мокрыми руками – жутко неудобно, и что делать, не знаю...*

...От любого мало-мальского волнения, от телефонного разговора потею как мышка, странно, однако...

Мне как 12 лет исполнилось – началось. Причем только под мышками... Больше нигде не чувствую особо. И не пахнет особо. Как вода. Но майку какую-нибудь в обтяжку не наденешь, и все такое. Я еще девушка, и хотела у вас узнать, как во время занятий сексом? Это очень мешает? Как партнер реагирует? Меня это волнует... Уже семь лет мучаюсь, дурдом.

...Что делать, не знаю... моя знакомая вводила ботокс под мышки, три месяца, и 28 тысяч рублей как не бывало!!!! Ну где же напасть каждые три месяца столько денег?

...Запах пота едкий такой, если нервничаю хоть одну минуту... и ни одна стирка не устраняет запах с подмышечных мест кофточек. Скоро в урну полетят три-четыре кофты. Я в панике...

Все мы неоднократно сталкивались с ощущением «промокших» рук или внезапно выступившей испарины. Это нормальная реакция организма на повышение температуры, физическую нагрузку или эмоциональный всплеск.

Вопросы, как всегда, такие: каким образом норма превращается в патологию и о чем говорит наличие вышеуказанного отклонения?

Всего у человека имеется два-три миллиона потовых желез, их количество на разных участках тела сильно варьируется – наибольшая плотность на ладонях, стопах, подмышках, паховой области, лице.

Например, на ладонях и подошвах около 400 потовых желез на один квадратный сантиметр поверхности кожи, на лбу около 200, на спине около 60.

Соответственно, на разных участках пот выделяется по-разному.

Для чего человек потеет? Это же так неэстетично...

Для обретения состояния просветления предлагаю смелый эксперимент — нужно срезать тонкую полоску мертвой кожи с области пятки, после этого дайте полежать ей пару дней на свежем воздухе.

Когда образец приобретет твердость пластмассы (так что можно поцарапаться) — вы сможете понять, что происходит с кожей без защитного увлажнения потом.

Кстати, если есть желание, можно продолжить эксперимент — рекламщики навязчиво предлагают увлажняющую косметику — испробуй ее на засохшем куске кожи. И... обретешь просветление номер два — попробуй найти средство, которое вернет коже прежний вид!

Озарение заключается в осознании того, что сложную формулу, которую из себя представляет человеческий пот, заменить попросту нечем. Это значит, что с помощью пота из организма не только выводятся продукты жизнедеятельности, но и то, что, попадая на кожу, эти вещества образуют защитный, антибактериальный слой.

Защита кожи осуществляется так: пот взаимодействует с кожным салом, обеспечивает увлажняющий эффект. Это с одной стороны, а с другой — наличие тонкой жировой пленки этот эффект сохраняет.

Таким образом удерживается влага, которая, как вы знаете (из рекламы), так необходима верхнему слою кожи.

Первый способ усилить потоотделение — это смыть защиту и заменить ее каким-либо чудесным кремом.

Помнишь, что нужно делать, когда случайно посадишь жирное пятно? Нужно срочно засыпать его солью... И никакого пятна не останется.

Не зря пот имеет соленый вкус — соль и кислоты, имеющиеся в его составе, разлагают кожное сало.

Итак, с одной стороны, пот увлажняет кожу, с другой стороны, при избытке кожного сала пот разлагает его. Как

только равновесие нарушается, организм пытается его восстановить: если соленость кожи повышается, то рецепторы сигнализируют и потоотделение увеличивается либо состав пота меняется (пот становится более едким).

Если раз за разом с кожи смывают защитную оболочку, организм получает сигнал на срочное выделение кожного сала, а соответственно по принципу обратной связи и пота. Никакого злого умысла в этом процессе нет — организм просто пытается защитить вашу собственную кожу.

Шаг второй — нанесение крема, маски, пудры и т. д. — организм с помощью рецепторов кожи делает мгновенный химический анализ и реагирует, пробуя смыть чужеродный продукт, если же не получается, то терпит.

В норме при комнатной температуре со всего тела испаряется не более пол-литра пота, поэтому, скорее всего, вышеуказанная реакция пройдет незаметно для вас.

Организм, вероятно, кое-как приспособится к новым условиям, просто процессы старения кожи несколько ускорятся.

Кстати, за процесс увлажнения отвечают специальные потовые железы (экринные). Они расположены по всей поверхности тела и выделяют обычный пот (близкий по составу к плазме крови), главными компонентами которого являются вода и хлористый натрий (поваренная соль).

Экринные железы помимо увлажнения отвечают за терморегуляцию, то есть за поддержание постоянной температуры тела.

Соответственно, именно эти железы реагируют на разного рода стрессы (страх, агрессивные состояния, сексуальное возбуждение).

Пот выделяется на стадии возбуждения (о которой мы уже говорили) совершенно естественным способом — организм готовится к стадии реализации, то есть к физической активности, поэтому система охлаждения предварительно активизируется.

Если потеет лоб, подмышки, ладони, спина, подошвы ног — совершенно бессмысленно искать чудодейственное

средство (крем, дезодорант, ботокс) — необходимо выявить и удалить причину стресса, и не более того...

Соответственно, второй легкий способ усилить потоотделение: нужно попытаться избавиться от пота любым средством из рекламы, организм решит, что «неведомая» сила хочет лишить его стресс-охладительной системы. В результате потоотделение усилится.

Кстати, второй способ подойдет и тогда, когда выделение пота — это естественная реакция на жару.

Из естественных реакций есть еще одна важная особенность, которой обладает пот, — это его запах.

Запах женщины

Мало кто знает, что человеческий пот имеет нейтральный запах, то есть не пахнет ничем, запах появляется только после того, как пот попадет на кожу.

Запах появляется вследствие разложения кожного сала кислотами, входящими в состав пота.

Но это не единственная причина, по которой наше тело пахнет.

Есть и другой, более занятный повод для появления запаха...

Дело в том, что помимо эккринных (терморегулирующих) потовых желез есть потовые железы совершенно другого вида, которые не имеют к процессу терморегуляции никакого отношения, — апокринные железы.

Они расположены только в подмышечных впадинах и в паху и в большей степени определяют то, что мы чувствуем как запах тела.

В составе выделений апокринных желез содержатся вещества из класса стероидов, которые являются человеческими аттрактантами: андростенон и андростенол.

В концентрированном виде данные вещества действуют притягательно-отталкивающе.

Разберемся, для кого притягательно, а для кого отталкивающе.

Андростенон имеет резкий, мужской запах, который похож на аммиачный. Кресло в зале ожидания, ароматизированное андростеноном, буквально притягивало женщин — они выбирали это место с частотой, исключая ошибку эксперимента. Мужчины же, наоборот, проникались неприязнью к пахучему креслу, на вид такому же, как все остальные.

Андростенон имеет сладковатый мускусный запах, и в эксперименте, когда майку, «надушенную» им, предъявляют испытуемому вместе с майками, которые носили мужчины и женщины, сладковатый мускусный запах опознается как женский. Как можно догадаться, этот запах привлекателен для мужчин и, соответственно, вызывает негативную реакцию женщин.

Как видишь, если Ты источаешь запах, привлекательный для противоположного пола, то рискуешь «получить по голове» от представителя своего пола.

Нетрудно догадаться, что железы, отвечающие за то, чтобы женщина пахла женщиной, то есть имела сексуально притягательный запах, ребенку ни к чему, поэтому апокринные потовые железы завершают свое развитие только к концу полового созревания. Кстати, именно тогда, когда и сальные железы достигают своего пика развития. Поскольку данные железы с помощью запаха дают понять противоположному полу, что девушка (женщина) вполне готова к оплодотворению, то будем называть их **сигнальными**.

Но, как мы помним, свежий, стерильный человеческий пот ничем не пахнет. Это значит, что изначально никакого сигнала нет?

Собственно говоря, да — организм в этом деле «рассчитывает на дружескую поддержку»...

Оказывается, сексуально притягательный запах появляется в результате деятельности бактерий, которые тихо и мирно живут на теплой человеческой коже. Они называются сапрофитами и являются исключительно полезными для человека микроорганизмами. Кстати, эта «дружба», судя по всему, длится не один миллион лет, так что стоит

задуматься, прежде чем поливать кожу очередным чудолосьоном.

Но откуда, спросите вы, берется этот резкий, неприятный и отталкивающий запах, который стойко ассоциируется с избыточным потоотделением?

Это запах «козлиной» (4-этилгептановой), изовалериановой и похожих кислот — мы ассоциируем их с вонью. И это результат «пирушки», которую устроили другие микроорганизмы — кожные микрококки.

Кстати, это тоже сигнал — о том, что в соотношении пото-салоотделение наступил дисбаланс, а значит, есть проблемы с гормональным фоном.

Работа сигнальных желез непосредственно связана с гормональной системой, поэтому по изменению запаха женщины можно судить не только о патологии, но и об общем колебании гормонального фона.

Из вышесказанного становится ясно, как сигнальные железы реагируют на стресс. В центре такого реагирования всегда будет находиться представитель или своего, или противоположного пола. Например, стресс, связанный с автомобильной аварией, скажется совершенно другим образом. Увидев медведя в лесу или мышь под столом, женщина испугается, но реакция ее тела не затронет апокринных желез.

Сигналы-раздражители, вызывающие стресс и реакцию желез, отвечающих за сексуальный запах, всегда исходят от людей.

Реагирование происходит по следующей схеме:

В норме сигнальный запах, исходящий от половозрелой девушки, привлекает мужчин и вызывает агрессивную реакцию (отторжение) у женщин. Подобное положение дел может создавать массу неприятных осложнений.



Внимание: для юных девушек и их мам. Пройдя период полового созревания, девочка вдруг превращается (физиологически) в женщину. Для матери это

значит, что «бесполой» детеныш (ее малютка) сама превратилась в самку. Из-за этого начинает срабатывать механизм отталкивания между ними.

Если для дочери запах матери не изменился, то для матери ее дочь теперь источает отталкивающе сексуальный запах (который нравится мужчинам, при этом отец — не исключение).

Мать девушки — первая женщина, на которую начинает действовать запах сексуальных аттрактантов. Поскольку для матери это некая неожиданность, то она будет находить всевозможные объяснения для своего агрессивного поведения, направленного в сторону дочери. Удерживая дочь дома (комендантский час — не позже одиннадцати, запрет дискотек, болезненное реагирование на друзей мужского пола), она будет стараться оградить дочь от возможных сексуальных контактов. Именно этот период взаимоотношений будет чреват бурными ссорами и разборками. Неосознанно мать будет создавать такие условия, чтобы дочь начала мечтать о том, чтобы скорее сбежать буквально куда угодно...

Матерям необходимо знать, что все их претензии продиктованы отталкивающим действием сладковато мускусного запаха андростенола — не более того. В природе этот механизм рефлекторно отталкивает выросшую молодую самку от ее матери. Рефлекс говорит — пора расстаться.

Дочерям необходимо знать — победа в 99% случаев останется за ними, конфликты поутихнут, как только дочка обретет самостоятельность (в идеале — освободит территорию)...

Как видно из примера, социальное тело девушки может испытывать серьезнейшее внешнее воздействие, в результате которого конфликтные вибрации воздействуют на тело разума и физическое тело.

В таком случае неприятный запах пота, исходящий с физического уровня, будет создавать отталкивающий эффект и для мужчин и для женщин. Мужчинам деструктивный сигнал расскажет о том, что в организме девушки идет не-

кий процесс, из-за которого лучше не вступать с ней в половой контакт.

Для женщин эффект отталкивания не будет столь значимым — скорее это сигнал примирения, девушка таким способом сообщает, что она не опасна как соперница (в первую очередь для матери).

Старение кожи

То, что и сальные, и потовые (сигнальные) железы заканчивают свое развитие вместе с половым созреванием, наводит на определенные мысли...

Например, на то, что половое созревание, которое контролируется работой яичников, — это точка отсчета, с которой начинается постепенное ухудшение показателей кожи.

Наибольшего своего развития система сальных желез достигает с 17 до 25 лет, и уже с 24—26 лет интенсивность салоотделения начинает снижаться.

Далее процесс дистрофического изменения идет по нарастающей, и к своей заключительной стадии (старению) часть желез исчезает полностью, другая часть видоизменяется.

Активность сальных желез понижается, размеры уменьшаются, строение упрощается. Вместе с пониженным кровообращением и, соответственно, угнетением работы потовых желез (увлажнение) все это дает общий эффект старения — морщины и все прочее...

Работа желез кожной секреции контролируется гормонами, гормоны выделяются яичниками, таймер, контролирующий процессы старения, находится также в яичниках — логика событий понятна?

Если нет, объясняю.

Для того чтобы создать на социальном уровне эффект начального отталкивания, программа-деструктор, которая находится (вне зоны сознания) на уровне разума, должна «организовать» соответствующий симптом. Это или прыщевая сыпь, или усиленное потоотделение, или неприятный запах. Для того чтобы организовать симптом, на физи-

ческом уровне нужно внести соответствующие изменения в гормональный фон, а значит, и в работу яичников.

Поскольку блок направлен на снижение сексуального влечения, то таким образом программа репродукции ощущает начальное, деструктивное блокирование — таймер ускоряется.

Как видишь, в нашем организме все взаимосвязано — совершенно невозможно затронуть что-то одно, чтобы все системы жизнеобеспечения следом не отреагировали.

Не понимая этой схемы, медицина пытается бороться с симптомом, совершенно не затрагивая причину, именно поэтому результат лечения практически не предсказуем — может пройти, а может и не пройти... Более того, если проходит не из-за того, что причина (сексуальное блокирование) перестала быть актуальной, то симптом, скорее всего, не проходит, а перемещается в другую зону тела.

Вот пример, когда блок (прыщи) потерял актуальность:

...Два года назад через это прошла — ужас какой-то был, мысли до суицида доходили. Хорошо, что на тот момент мой молодой человек меня поддерживал (теперь уже девять месяцев муж!), подсказывал что делать, — это он, кстати, подсказал обратиться к нескольким врачам, а потом уж выводы делать.

...Лечиться пришлось долго, но этого стоило, через месяцев шесть результат был очевиден, а через год все стало просто супер.

Попрошу обратить внимание на даты — девушка девять месяцев как замужем, причем через шесть месяцев с начала лечения у нее улучшение, а через год все прошло. Что, лечение помогло? Почему другим не помогает?

Она описывает свое состояние как ужас, наполненный мыслями о суициде. Разве до секса, когда в голове такие мысли? И меньшие проблемы могут отбить всякую охоту.

На этом примере мы можем наблюдать социально-родительское блокирование, когда на сексуальные контакты до свадьбы наложен строжайший запрет.

Суть проблемы в том, что на уровне внешней реальности подобные запреты давно устарели, но это совсем не значит, что они не работают за зоной нашего сознания. Получается, что **на уровне сознания мы обладаем одной информацией, за гранью сознания совершенно другой. Когда информация с одного уровня прямо противоречит информации с другого возникает деструкция.**

В вышеуказанном примере дата свадьбы являлась датой «официального» разрешения, до этого момента программа-деструктор блокировала сексуальную энергию девушки с помощью симптома прыщавости. Молодой человек в данной ситуации помог своей подруге разрядить деструктор — он не пошел на поводу у отталкивающей программы и поддержал подругу.

Если бы эти факторы не совпали, лечение, скорее всего, дало бы совсем другие результаты... Вот так.

Способы усилить блок

Самое простое и действенное для всех — это залить свой запах сексуальной привлекательности чем-нибудь пахучим, например дезодорантом.

Дезодорант лишает нас запаха пола, тем самым лишая нас нашей сексуальной привлекательности — мы превращаемся в оно, и непонятно, кто мы: мужчина, или женщина, или букет магнолий...

Но это еще не все. Мы помним, что потоотделение — процесс рефлекторный, а значит, регулируется автоматически — человеку положено пахнуть мужчиной или женщиной, если по какой-то причине запах «не пахнет», то организм перенастраивается: или усиливается концентрация, или количество выделяемой жидкости.

Дальше еще круче — начинается так называемая «борьба брони со снарядами»: чем больше дезодоранта, тем больше пота, чем больше пота, тем больше человек пользуется дезодорантом. Через какое-то время человек будет потеть при любом раскладе, жара на улице или прохладно.



Запомни: с помощью дезодоранта (парфюма) снижается сексуальное влечение (наступает рефлекторная «слепота»), а значит, и по этому признаку блокируется программа продолжения рода.

Самое неприятное, что рекламщики, показывая по телевидению перевозбужденных мужчин и женщин, которые в вожделинии бросаются на очередную чудо-вонючку, не просто нагло врут, они умалчивают, что эффект как раз совершенно противоположный...

При испытании представители тест-группы по запаху легко отличают, кому принадлежала ношенная майка — мужчине или женщине. Но только до того момента, когда в дело вмешивается запах парфюма — ни женщины, ни мужчины не смогли точно сказать, чей это запах.

Даже здоровый человек, начиная пользоваться дезодорантом, начинает глушить свой сексуальный сигнал. Программа репродукции понимает это как команду усилить запах, а значит, **будут задействованы гормоны...** и т. д.

Так что «невинный» пшик несет в себе идею начальной социальной кастрации.

Не могу удержаться и не поведать о губной помаде и прочей краске, наносимой на кожу лица.

Дело в том, что эстроген действует на женщину совершенно определенным образом — его повышение делает черты лица более привлекательными — добавляет выразительности глазам, мягкости и цвета коже, губы приобретают насыщенность и полноту...

По этим признакам мужчины рефлекторно определяют дни овуляции и, соответственно, считают такую девушку более красивой.

Закрашивая естественный цвет лица румянами, подкрашивая глаза и нанося насыщенную помаду на губы, девушка, сама не осознавая того, запускает механизм об-

ратной связи — она с ежедневным упорством начинает воздействовать на свой гормональный фон.

Мужчины реагируют на накрашенных женщин одинаково ровно. Женский организм при этом понимает, что ему нет никакой надобности делать лицо привлекательным (за краской этого не видно), поэтому кровь начинает отливать от губ и щек. Естественный девичий румянец пропадает (кожа без притока крови увядает), губы блекнут, а дальше хочешь не хочешь — уже нужно краситься.

Кстати, есть и другие последствия — например, подмечено, что хороший цвет губ говорит о хорошей работе сердца, соответственно, блеклые губы — будущие проблемы с сердцем...

Думаю, с этим все без дополнительного разъяснения понятно.

Возвращаясь к проблеме прыщей и потливости: я думаю, также понятно, что любые присыпки и прочие меры (ботокс и все такое) только усилят проявление симптома. Потому что симптом — это сигнал о наличии деструктора, а не сам деструктор.

Прежде чем перейти к следующей теме, скажу несколько слов об оральных контрацептивах. Поскольку последние на гормональном уровне блокируют программу репродукции, то медики заметили, что и прыщи тоже проходят. Другие медики заметили, что повышенная потливость тоже самым чудесным образом исчезает.

И «на радостях» давай стрелять из пушки по воробьям... и выписывать противозачаточные таблетки.

Однако они и не догадываются, что вместе с симптомом после приема оральных контрацептивов проходит и само сексуальное влечение (у кого было)... Это неудивительно, ведь оральные контрацептивы — это тоже способ блокирования, своеобразная обратимо-временная кастрация. То, что прыщи и потливость проходят, говорит только об одном: новый блок гораздо сильнее прежнего и, соответственно, в прежнем блоке необходимость отпадает.

С таким же успехом можно сразу удалить яичники, и, поверь, прыщи пройдут навсегда.

Кстати, мои слова подтверждает и тот факт, что у многих женщин, перешагнувших за двадцать и двадцать пять и которые принимают оральные контрацептивы по соображениям, не связанным с прыщавостью, после их отмены часто наблюдается высыпание прыщей средней тяжести.

Вывод прост — назначая как лечение от симптома оральные контрацептивы, врач попросту «перематывает» программу-деструктор вперед и с помощью искусственных гормонов усиливает блок. Это уже не блок отталкивания — это блок, имитирующий кастрацию.

Надеюсь, вы помните, что настоящая кастрация почти мгновенно состаривает половозрелый организм.



Внимание! Имитируя кастрацию, женщина попросту ускоряет таймер.

Стрессор

Поскольку все программы-ускорители в обязательном порядке включают в себя нарушение работы иммунной системы, то прежде всего необходимо рассказать о механизме стресса, который является ядром сбоя. Так как стресс — центральная часть ядра управляющей программы, то данный механизм мы будем называть стрессором.

Стрессор — это весь общий механизм, внешней (видимой) частью которого является набор симптомов, которые мы понимаем как стресс. Это не только то физически-психологическое переживание, что мы чувствуем, но и его скрытый механизм.

Эмоциональные переживания — вот ключ к «тайному знанию». Абсолютно любая женщина имеет ежедневный «любимый» набор эмоциональных состояний — некоторые

состояния она чувствует сильнее, некоторые ослаблены и менее заметны, но зато более привычны.

Любимый коктейль из разной силы переживаний есть у каждой дамы...

Возникает простой вопрос — знает ли дама, из чего данная смесь состоит?

Ты, наверное, не сильно удивишься (учитывая, что мы касались этой темы), если Я скажу, что никакого коктейля нет. Это значит, что одну эмоцию никоим образом невозможно перемешать с другой...

Можно научиться довольно быстро переключаться с одного состояния на другое, но не более того.

У нормальных людей нормальным образом с переключением проблема: если эмоция сильнее фоновой, то обычно она захватывает человека полностью, и, пока сама по себе не отпустит, человек находится в ее власти...

Мы так и говорим: «Во власти эмоций».

У многих мужчин и женщин подобная «власть эмоций» представляет настоящую проблему, и именно потому, что в эти моменты человек чувствует, что сам собою не управляет.

И это ощущение правильное — человеком в этот момент управляет его стресс-программа, а эмоция — это только трактовка данной программы нашим мозгом.

Скоро Ты поймешь, как общий механизм старения связан с эмоциональным фоном человека, сейчас же мы рассмотрим, что наш мозг трактует как эмоцию.

Эмоциональный фон женщины меняется не только ежедневно, но и ежемесячно — нетрудно понять, что перемены в настроении напрямую зависят от стадии менструально-ооцитного цикла, а значит, от гормональных перепадов.

Период кокетства в фазе овуляции легко сменяется периодом раздражительности, который соответствует предменструальному синдрому.

Более того, позитивное состояние, которое свойственно молодым девушкам и связано с гормональным возбуждени-

ем в фазе возможного зачатия, в более зрелом возрасте может трактоваться мозгом женщины как глубоко депрессивное...

О ежемесячных гормональных переменах мы достаточно подробно говорили, когда рассматривали менструальный цикл женщины, поэтому не будем возвращаться к этой теме. Я расскажу Тебе, как мозг переживает гормональные перепады.

Все знают, что мозг состоит из двух половин — левой и правой. При этом правая половина мозга (правый мозг) управляет левой половиной тела, левый мозг, наоборот, правой.

Левый мозг умеет испытывать состояние радости, эйфории, любопытства и депрессию.

Правый мозг умеет бояться, проявлять агрессию и сексуально возбуждаться.*

Теперь Ты легко можешь определить, какая часть мозга проявляет активность, когда вы переживаете страх, агрессивное состояние или сексуальное возбуждение. Кстати, именно эта часть мозга не умеет мыслить абстрактно, но отвечает за интуицию.

Понятное дело, что у человека работают оба полушария. При этом считается, что у правшей левое (говорящее) полушарие активнее, но это не все.

Правое, интуитивное полушарие, которое умеет бояться, испытывать агрессию и сексуальное возбуждение, у женщин более активно, чем у мужчин.

Кроме того, соединительный «провод» между полушариями (мозолистое тело) у женщин толще, чем у мужчин, поэтому полушария легче и быстрее могут обмениваться информацией.

Получается, что там, где у мужчины активно только аналитическое (левое) полушарие, у женщины ему помогает правое (интуитивное).

Такая обоюдная активность чревата — опытным путем установлено, что полушария как бы «тянут одеяло на

* Верно для правшей.

себя» — то есть повышенная активность одного подавляет способности другого.

Отсюда мы можем сделать следующий вывод:

— повышение в крови концентрации женских гормонов (эстрогенов) повысит активность интуитивного полушария, но снизит способности к абстрагированию (логическому мышлению), кроме этого, повысит эмоциональную возбудимость женщины (страх, агрессия, сексуальное возбуждение);

— снижение концентрации эстрогенов повысит соответственно активность левого полушария, то есть улучшит логические способности.

В нашей реальности агрессия и особенно страх считаются деструктивными эмоциями, но на самом деле это совсем не так. Каждая из этих эмоций является трактовкой соответствующей стадии возбуждения, то есть составной частью подготовительной фазы.

В фазе возбуждения изначально никакого деструктора не содержится, деструктор возникает по той причине, что возбуждение не только обрывается, но и приобретает цикличность, причем следующие две фазы (фаза реализации и фаза релаксации, или расслабления) так и не наступают.

Любая наша эмоция, как известно, является производной от трех чистых состояний — страха, агрессии и сексуального возбуждения, влечения.

Нюансы, отличающие множественные эмоциональные состояния друг от друга, зависят только от социального блока (их вызывающего и закликающего).

Возьмем, к примеру, два хорошо известных состояния — зависть и ревность. И в том и в другом случае в основе деструктивного состояния лежит страх потери. Но этот страх не является эталонным, чистым состоянием: от первичного (позитивного) страха он отличается наличием цикличности...

Поясню. Любая чистая эмоция вызывает совершенно другие ощущения во всем теле...

Как Ты думаешь, что ощущает человек испытывающий чистый — первичный страх? Я удивлю Тебя, если скажу, что начальная эмоция наполняет тело энергией: человек при этом чувствует небывалый подъем — тело буквально наливается ощущением силы.

Когда Я первый раз почувствовал подобные ощущения на фазе страха, Я не то что удивился, мне казалось, что мозг «перегревается» в попытке справиться с возникшим ощущением несоответствия...

Я с детства привык к тому, что страх — это малоприятное, тянущее ощущение, и вдруг вместо него Я почувствовал небывалый прилив силы. Мозг буквально начал «плавиться», особенно после того, как силы реально выросли... (подробно об этом Я расскажу далее).

Итак, опытным путем с помощью несложных экспериментов Я установил, что все три основных эмоциональных состояния в чистом виде дают одно и то же ощущение — соответствующее энергетическому подъему.

Отличием первичного страха от простого эмоционального подъема является то, что при страхе добавляется нарастающее давление, которое можно описать как тревогу... Это довольно позитивное состояние, в котором чувствуешь, что **внутренняя сила** тебя предупреждает и буквально выталкивает в противоположную сторону от опасности.

Чистые эмоции не делятся долго, они рассчитаны на быстрое реагирование, поэтому если человек по какой-то причине не реагирует на предупреждение об опасности, то **сила** начинает менять сигнал на болевой...

Тогда человек начнет чувствовать нарастающее ощущение внутреннего дискомфорта... В случае реальной опасности дискомфорт доходит до максимума, и, если человек все равно не двигается, приходит разрядка — опасность наступает его, это значит, или человек ликвидирует опасность, или она его (то есть происходит переключение на агрессию).

Мы, к сожалению (или к счастью), находимся в такой реальности, в которой чистым эмоциям нет места — у нас нет

ни малейшей возможности встретиться с реальной опасностью. А те, кому такой случай выпадает, не всегда могут отреагировать чистой эмоцией, поскольку настроены реагировать иначе.

Как же мы приучены реагировать? Да точно так, как всегда это делаем, — между нами и нашим реагированием стоит программа-деструктор, которая в некотором роде помогает нам.

Деструктор — это программа с социального энергетического уровня человека, она состоит из двух частей — одна часть содержит информацию об опасности, другая блокирует естественную реакцию на эту опасность. В результате страх приобретает свою циклическую форму, которую мы и привыкли ощущать как страх.

Другими словами — первая часть деструктора «пугает» своего носителя, а именно запускает программу на страх, но никакой реальной угрозы для человека при этом нет. Фактически в начальной фазе деструктор создает псевдоэмоцию.

Тем не менее первичная программа чистого страха подразумевает последующее реагирование: должна наступить вторая фаза — фаза реализации, но она не наступает, поскольку блокируется второй частью деструктора.

Во второй своей фазе деструктор запирает псевдоэмоцию внутри границ своего носителя — таким образом круг замыкается и возникает необходимый цикл. В результате энергия запечатывается внутри носителя, а сам носитель превращается в объект внешнего управления.

В дальнейшем Я буду называть это явление эффектом Ороборо. Объясню почему.

Ороборо, Оуробор, Уроборос — это тайный знак масонов, один из центральных символов древней алхимии (считалось, что это ключ к получению философского камня). И к тем и к другим он пришел из еще более древних времен — известно, что жрецы Египта пользовались магией Ороборо в своих мистических культах.

Считается, что это символ вечности и цикличности времени, закона кармы и колеса сансары...

Ороборо обычно изображается как змея, кусающая (пожирающая) свой хвост. Идея цикла в этом случае проста — кусая свой хвост, змея чувствует определенного рода дискомфорт, соответственно, вторым шагом она пытается убрать хвост, но обнаруживает, что «пища» ускользает от нее, и снова кусает хвост. И так далее — в итоге змея крутится на одном месте...

Мы будем рассматривать эффект Ороборо как основную иллюстрацию к внешнему управлению, которое осуществляется с помощью программ-деструкторов.

Собственно говоря, программа-деструктор превращает своего носителя в Ороборо, змею, кусающую хвост.

Эффект Ороборо лежит в основе абсолютно любого ускорителя старения, поэтому попрошу предельной концентрации внимания!

Искусство власти — это старейшая программа, которая сформировала эту реальность в том виде, в котором мы ее знаем.

Именно под воздействием этого эффекта человек может видеть только часть реальности — точнее, верхнюю иллюзию, которую деструкторы выдают за реальность...

То, что змея кусает свой хвост, подразумевает, что змея не понимает, что жалит свое собственное тело. В норме ни одна змея ни при каких условиях себя не ужалит — это ключ к символу: есть сила, которая заставляет змею жалить себя.

При этом тело змеи чувствует боль, в кровь попадает яд, но змея не умирает — напротив, боль заставляет ее двигаться, но это движение по кругу то есть фактически на месте. И уж конечно, оно не вечно, рано или поздно, доза за дозой — яд убьет змею...

Теперь о деструкторе: на первой фазе деструктор создает угрозу — змея кусает себя, реальной угрозы нет, то есть извне никто реально не нападает; на второй фазе деструктор

блокирует реакцию, то есть не дает змее укусить кого-либо еще или даже уползти — яд змеи остается в ее теле и медленно, но верно убивает ее саму.

На каждом следующем витке происходит усиление, и деструктивный процесс ускоряется.

Зная ключ, мы можем понять, как чистые эмоции превращаются в программы-стрессоры.

Чтобы увидеть картину целиком с социального уровня (именно отсюда поступает блокирующий сигнал), перейдем на физический план и рассмотрим, как реагирует наш организм, попадая под власть эффекта Ороборо.

Чистые эмы (управляющие эмоции) — сексуальное влечение, агрессия, страх — вызывают одну общую реакцию организма — возбуждение. В норме сразу за возбуждением должна следовать реализация, за реализацией — фаза релаксации (эйфории, восстановления).

Чистые эмы реализуются так:

— чистый страх — это реальная угроза жизни, реализацией в этом случае будет или резкое убегание, или перемещение в фазу агрессии и ответное нападение на источник опасности;

— в случае с сексуальным возбуждением реализация наступает не так быстро, но тем не менее она не откладывается на вечер или до свадьбы и т. д.;

— агрессия — это некая универсальная эмоция, которая всегда вторична: она появляется в результате голода, когда нужно напасть ради добывания пищи, или в результате страха, когда нужно напасть на источник опасности, в агрессию может перерасти сексуальное возбуждение в случае борьбы за носителя лучшего генотипа...

Когда человек испытывает воздействие чистого эма, то в этом случае его переживанием будет ощущение, что силы увеличиваются. Самое интересное, что это действительно так. Фаза возбуждения — это и есть подготовительная фаза, во время которой силы начинают расти.

На этом этапе наш организм в экстренном порядке готовится к выполнению сверхзадачи, направленной на выживание, — для этого, как Ты понимаешь, нужны резервные мощности.

Слышала про стероиды?

Организм для того, чтобы себя разогнать, пользуется стероидными гормонами. Надпочечники выделяют в кровь адреналин — а это, как известно, допинг.

Дальше наступает то, что мы чувствуем как возбуждение:

- адреналин растворяет запасы гликогена (концентрированная форма глюкозы) в печени, гликоген превращается в глюкозу и обогащает кровь сахаром;

- параллельно адреналин угнетает секрецию инсулина, в противном случае инсулин начнет понижать концентрацию глюкозы в крови;

- перистальтика желудочно-кишечного тракта угнетается (процесс пищеварения блокируется);

- адреналин подстегивает работу легких (расширение бронхов, учащенное дыхание), и в кровь поступает больше кислорода;

- работа сердца так же стимулируется, «топливо»: глюкоза и его окислитель — кислород должны попасть к «мотору» — мышцам, поэтому сердце начинает усиливать кровообращение, артериальное давление возрастает;

- сосуды расширяются, чтобы пропустить к мышцам, которые готовятся к работе, больше крови; сосуды, ведущие к внутренним органам, напротив, сужаются — происходит перераспределение кровотока.

То, что на фазе возбуждения кровотоки в одних частях организма в разы усиливается, а в других в разы замедляется, является одной из самых важных составляющих процесса. В дальнейшем, когда мы будем рассматривать действие различных деструктивных ускорителей старения, именно эта особенность организма многое нам объяснит.

Как же, собственно говоря, в процессе возбуждения организм меняет снабжение органов кровью, а значит, и кисло-

родом, и питанием? Организм поступает точно так же, как государство, готовящееся к войне, — то, что для войны не нужно, подождет...

ПЕРЕРАСПРЕДЕЛЕНИЕ КРОВОТОКА:

Органы	Обычное состояние	Возбуждение
Мозг	13%	8%
Почки	19%	10%
Органы брюшной полости	24%	12%
Кожа	9%	15%
Другие	10%	4%
Коронарные сосуды	4%	4%
Мышцы	21%	47%
Всего	100%	100%

Конечно, данные показатели могут в зависимости от силы возбуждения колебаться, и тем не менее общий порядок (плюс-минус) таков. Нужно отметить, что картина будет такой только для двух случаев возбуждения — страха и агрессии, в случае сексуального возбуждения отток крови от органов брюшной полости будет несколько меньше — в основном за счет усиления кровотока в мышцах влагалища и матки. За исключением этого нюанса, все три реакции являются для организма одной реакцией.

Смотрите, что происходит, — Ты взволнована, напугана, злишься или танцуешь в объятиях высокоэротичного блон-

дина — организм отреагирует мгновенно. Помимо активизации всех систем жизнеобеспечения начнется перераспределение объемов крови.

Мозг может недополучить до одной третьей от обычной нормы, неудивительно, что на фазе волнения большинство людей начинают хуже соображать.

Кровоснабжение печени, селезенки и пищеварительно-го аппарата снижается наполовину, а на фазе реализации вообще в четыре раза.

Почки и вся мочеполовая система (если это не сексуальное возбуждение) — недополучают от одной трети до половины обычной нормы — для женщин это особенно важно (помните о незосревших яйцеклетках?).

Пришло время для риторического вопроса: **куда организм деваает избыток крови?**

Ответ на этот вопрос хорошо виден в приведенной таблице — 47 процентов всей крови получают мышцы и еще 15% — наша кожа.

Сорок семь плюс пятнадцать получается 62%.

Как видишь, энергия на стадии возбуждения реально перераспределяется, и в норме этот процесс ощущается как увеличение силы.

По какой же причине нормальный современный человек на стадии возбуждения (страх, агрессия) чувствует деструктивное волнение, голос подрагивает, руки потеют, дыхание срывается, в ногах и руках может появиться дрожание и т.д.?

И никакой силы — ступор, паника, зажим или, напротив, злость, истерика...

В общем, ничего позитивного — только нервотрепка.

Все дело в упомянутом нами эффекте Ороборо, который возникает на физическом уровне в результате действия социального деструктора. Общий порядок воздействий таков:

- социальный деструктор создает иллюзию внешней опасности;
- организм реагирует фазой возбуждения;
- деструктор блокирует реализацию на уровне разума;

- после этого фаза реализации блокируется на физическом уровне — возникает эффект Ороборо;
- вторая и третья фазы (реализация и релаксация) не наступают вообще.

В тот момент, когда на уровне разума фаза реализации блокируется (а это происходит почти одновременно с самим возбуждением), первая фаза (возбуждение) продолжает действовать — то есть заикливается. Мозг человека трактует возникающий при этом эффект Ороборо как тягостное негативное состояние.

Эффект Ороборо

Помни — змея не только кусает свой хвост, но и вводит яд в свой собственный организм: при блоке фазы реализации фаза возбуждения действует на наш организм ровно таким способом.

Если бы змея защищалась или охотилась, то яд вполне бы помог ей выжить, то есть яд для змеи — это возможность побеждать более сильного противника.

В нашем случае стероид — адреналин — высокоактивное вещество, стимулирующее наш организм на выполнение сверхзадачи. Но не то что сверхзадачи, никакой маломальски простенькой задачи мы обычно не выполняем, поскольку наполовину живем в виртуальной реальности...

Фаза реализации у нас происходит только на словах, то есть допинг поступает в кровь для того, чтобы мы могли действовать, но нам это действие не нужно, наш мир запрещает нам действовать.

Мы не убегаем от опасности и не вышибаем дух из своих врагов; конечно, можно покричать или поплакать, но не более того.

В это время и начинает проявляться эффект Ороборо — печень выбросила в кровь ударную дозу глюкозы, сердце колотит, легкие качают кислород... и ничего.

А дальше? Дальше **избыточная глюкоза превращается в яд**, ее и так в крови было достаточно (мешки-то никто

не грузил), а теперь ее гораздо больше, она устремляется к мышцам, но там она ни к чему. Мышцы, в свою очередь, уже начинают сопротивляться и воспринимают свой повышенный тонус как дрожь.



Внимание! Только на стадии реализации глюкоза проникает в клетки мышц сама по себе, все остальное время этот «ход» закрыт и открывается только под воздействием инсулина.

Инсулин выделяется при повышении сахара в крови — соответственно организм, не имея возможности сжечь глюкозу, заливает себя инсулином.

Каждый раз, как только человек впустую проходит через стадию волнения, дело заканчивается инсулиновой «чисткой»... организм потихонечку подсаживается на «иглу» — диабета еще нет, а инсулин уже нужен.

Здесь будет уместно справедливое замечание эскулапов — **«лекарство отличается от яда только дозой»**.

Идем дальше. Представь, человек сидит себе, ничего не делает, а кровь в это время уходит от желудка, кишечника, почек, печени, яичников, селезенки и поджелудочной — а здесь она по-прежнему нужна. Но кровь уходит и пыгается «ломиться» в систему мышц, только там ее никто не ждет...

Сколько раз в день человек бывает в возбуждении, столько раз его центр системы жизнеобеспечения остается без питания и вынужден задыхаться без кислорода.

Вот и весь сказ — страница текста и, собственно говоря, ничего сложного — просто змея кусает свой хвост... и потихонечку убивает себя.

Теперь о трансе — описанный мною процесс не является даже мало-мальским секретом, скорее напротив — эта информация широко известна.

Чудо заключается в том, что массовое сознание по неведомой причине отказывается делать простые выводы из

хорошо известных вещей. Это и есть наипервейшее проявление управляющего блока — не видеть очевидных вещей.

Более того (Ты удивишься), находятся люди, которые, прочитав вышеизложенное, абсолютно не поймут прочитанного...



Запомни: когда фаза реализации блокируется социальным запретом, сразу за стадией возбуждения следует запрет, запрет всегда базируется на страхе, страх — это эм фазы возбуждения. Выходит, одно возбуждение блокируется другим возбуждением — возникает некий цикл.

Верхнее Я человека считывает подобное состояние как негативное (отрицательное). Организм в это время находится под действием эффекта Ороборо — это когда допинг, поступающий в кровь (на фазе возбуждения), вместо сверхусилия вызывает деструктивный отток крови от жизненно важного центра в область мышечной периферии и последующую инсулиновую чистку...

Эмы и фригидность

Открою тайну — **абсолютно любая половозрелая, здоровая женщина может испытывать оргазм (внимание!), даже не занимаясь сексом и не мастурбируя.** Многим даже не нужно входить в состояние глубокого изменения сознания достаточного легкого, простого транса: женщина крепко с усилием сжимает руками обычную деревянную палку — после некоторых специальных разблокирующих команд ее тело начинает испытывать мощнейший оргазм.

Попрошу заметить, ничего даже отдаленно похожего на секс не происходит, тем не менее женщина чувствует сильнейший оргазм, которого не испытывала никогда до этого.

Так получилось, что женщинам проще говорить о бесплодии, чем о фригидности — сам этот термин вызывает внутреннее сопротивление. Похожее неприятие можно встретить у мужчин по поводу импотенции.

Как Ты понимаешь, такое отношение возникло неспроста — «это» скрывается даже от близких подруг... Где был половой акт, с кем и сколько раз — не скрывается, а что при этом чувствовала сама героиня, не только умалчивается, напротив, приукрашивается — что делать, приходится фантазировать...

По расплывчатым статистическим данным, более 50% женщин не чувствуют ничего похожего на оргазм...

Когда один человек тщательно скрывает что-то от другого человека, причиной этого является страх. Почему же подавляющее большинство фригидных женщин не имеют желания распространяться о своей фригидности в такой степени, что вынуждены раз за разом имитировать оргазм?



Внимание: в этом скрывается ответ на и другой вопрос — **почему молодость проходит так быстро?**

Нет никакого сомнения, что причины для страха есть — такие женщины считают себя менее полноценными чем их более счастливые подруги. Подумайте сами, чувственность женщин воспевалась веками, каково при этом знать, что ничего не чувствуешь???

И хуже всего, что для женщины причины того, почему именно с ней такое происходит, совершенно непонятны (медицина, как всегда, бессильна). В организме-то все в порядке, с внешностью тоже, и на тебе... Самое обидное — узнаешь об этой проблеме в пору первой любви, романтики, свиданий — в период повышенной активности организма (и не только сексуальной), когда хочется влюбляться и жить полной жизнью...

Для многих девушек самый первый сексуальный опыт приносит разочарование — от «ничего хорошего» до «такого, что вспоминать лишний раз не хочется». Тем не менее первый раз помнят абсолютно все и всю жизнь...

Посмотрим что о «первом разе» говорят сами девушки:

В 17 лет... лето перед институтом... тогда я сделала это назло, а сейчас не жалею совсем...

...В 17 лет перед первым курсом, по глупости, но не сожалею об этом.

В девятнадцать, причем за два дня до этого первый раз целовалась, с человеком, который не был любимым. Чувствовала себя старой девой. Кстати, была в этот момент влюблена, но он меня не хотел... вернее, хотел, но боялся лишиться невинности. А я переживала... ой, дура, блин...

...Почти в семнадцать... причем на тот момент все мои подружки уже успели это сделать и ходили такие гоооордые.

В 16 лет. С очень любимым человеком. Он был намного старше. Не жалею...

В семнадцать... не с тем человеком... жалею... другого любила... из-за злости...

В 15 лет... по дурацки, на девятом этаже собственного дома.

В 17 лет... с каким-то... но не жалею...

В шестнадцать. Наверное, не с тем и не тогда, когда надо было.

...В семнадцать. Познакомилась в мае, а сделала это в июле. Не могла больше сдерживать себя, в машине были, он меня

обнимал, я **уже горела...** Боли чуть-чуть было, а вот крови в первый раз не было, только во второй.

В семнадцать... где-то за месяц до совершеннолетия... **Не с тем,** конечно, наверное, (главное, с опытным). **Жуткая боль...** тогда **чуть желание не отбил** к этому делу.

В девятнадцать, и тогда **казалось, что это ужасно поздно...** на подушках от дивана, разложенных **в будке киномеханика.**

...Я в восемнадцать, и совсем **не жалею,** хоть и не с любимым это все произошло, **зато весело.**

В четырнадцать.... это было **по очень большой детской любви** (с 11 лет он мне нравился). Ему тогда было семнадцать...

...В 15,5 лет. **Вышла за него замуж! И никого мне больше не надо!**

Мне вообще не больно было и крови не было.

...В пятнадцать — очень хотелось избавиться от девственности, **хотела** одному мальчику 22-летнему **показать, какая крутая...** вот и **переспала с другим.**

В 16,5. Уж больно молодой человек тогда **подвернулся замечательный!**

...В двадцать один. Было немного больно, а потом **просто никаких ощущений,** вообще!! И сейчас как-то не хочется...

В девятнадцать, никаких болей, крови — **ничего не было.**

В четырнадцать, **влюбилась,** встречались полгода, на следующий день он меня бросил.

...В лесу, все **спонтанно** получилось...

В четырнадцать. **Жалею...** Не по любви, а по дури.

Восемнадцать, выждала. Чтобы совесть была чиста...

...В 16 лет проснулась с мыслью «пора» и трахнула своего тогдашнего молодого человека.

...В четырнадцать, у него дома, а потом продолжили, на баскетбольном стадионе.

В шестнадцать. **Очень захотелось**, с женатым мужчиной в первый день знакомства.

...Первый раз занималась любовью в двадцать, от этого **моя жизнь не изменилась...** и чего я так к этому принципиально относилась, не понятно.

Ни боли, ни крови не было, можно даже сказать, что я тогда вообще ничего не почувствовала. Лежу (в процессе) и думаю: из-за чего столько шума?

...Ни о чем **не жалею**, только вот удовольствие испытала сомнительное...

...Решила сделать это на день рождения в 20 лет. Меня подруга обеспечила мальчиком на одну ночь. Когда он два раза пытался в меня войти, я **орала благим матом**, и как-то у него даже желание пропало...

А потом в 21 год поехала на юг к родственникам с вполне конкретной целью. Мальчика видела два раза – как же мне повезло, что он продержался где-то около двух минут... Я бы больше **не смогла это терпеть**. Тоже было два захода, дикий ор (я так в жизни никогда не орала!) и море крови! Все заднее сиденье машины было залепано...

...Мне было двадцать, ему тридцать восемь. **Было все ужасно больно** и много крови, он потом за мной простыни стирал. Мне было больно еще раз десять потом. И кровь шла иногда.

Мы до сих пор вместе, **уже почти 3 года**. Странно... но процесс этот еще не любила. Так и не могу расслабляться, плохо учил.

...В 19 лет. Больно, но терпимо, крови было немного, **удовольствия — никакого**. Кстати, так у нас ничего хорошего и не вышло.

Мне было почти шестнадцать, ему восемнадцать. **Больно было — кошмар!**

В восемнадцать... хотя не любила... После этого я долго пряталась и не отвечала на его звонки. Мне **стало стыдно**. Он женат был...

16 лет, парня знала четыре дня.

В восемнадцать. Просто подумала, что **время пришло**. Парня знала два года.

В 18 лет, скорее, **из любопытства**. Хотя ни о чем не жалею.

15 лет, **не жалею** никак, так как. выхожу замуж!!!! Ура!

Шестнадцать! Все супер! По большой и светлой любви! **Не стыдно** детям будет рассказать.

В шестнадцать. Из любопытства.

В свой день рождения, у парня на кухне. Было **очень больно**, не только мне, но и ему. **Встречались** только две недели, и он не знал, что я еще девственница.

...В шестнадцать... почти семнадцать было... **ничего заминающегося**, через три дня встретила другого молодого человека, в которого безумно влюбилась, и вот он все сделал как в сказке... и мне теперь кажется, что того **настоящего первого раза и не было вовсе...**

В восемнадцать, решила, что пора, в принципе об этом не жалею...

...В восемнадцать, **после трех месяцев попыток** – физиологически проблематично было с моей стороны. Потом два года жили вместе. Все бы ничего, но **изначально любила не его, а нашего общего друга.**

Я в восемнадцать, у него на дне рождения, **пробстречались три года после этого. Было больно и жутко страшно...**

Я стала женщиной в девятнадцать. У себя дома. И **никогда не буду об этом жалеть.** От самой настоящей большой любви.

...В 16 лет, с человеком на 17 лет старше меня по большой и чистой любви, **спасибо ему большое...**

...В четырнадцать, он был старше на год. До того встречались два года. Вроде как по любви. Правда, **через две недели расстались...**

В 20 лет. Молодой человек какое-то время не верил, что я действительно девушка. Все произошло по любви, **но первый раз жутко не понравилось.** А вскоре после этого **расстались.**

...В тринадцать, но на самом деле не помню, сколько мне тогда было. Помню что это было **случайно, в палатке...**

В двадцать... он ровесник, до этого встречались месяц. **Было больно, но почти без крови, главное, поняла, что это такое, через два месяца расстались.**

Удивительно как в одной-двух строчках можно рассказать целую историю — зачастую это история всей жизни...

Разные девушки — разные судьбы, разные воспоминания, но при этом есть и нечто общее. Что же есть в этих словах исповеди такого, что их объединяет?

У многих это **тщательно скрываемое сожаление**, которое выражено словами «не жалею», другие девушки сожалеют открыто — «не тогда и не с тем», больно, страшно, спонтанно, случайно, из любопытства, время пришло, по дури...

Хочу отдельно обратить внимание на то, **что зачастую, даже имея любимого, девушки теряют девственность со случайным (одноразовым) партнером**. Конечно, на осознанном уровне мотивация будет из серии время пришло, любопытно, спонтанно, случайно и т.д. Если мы заглянем за зыбкое зеркало «осознанной» мотивации, то обнаружим совершенно определенную **управляющую программу, которая управляла и матерью, и бабушкой, и прабабушкой...**

Дело в том, что **потеря девственности — это совсем не секс, это особое действие (инициация), к которому следует отнестись максимально серьезно**. Особенно это важно по нынешним временам, когда девочка в этом вопросе «полностью самостоятельна», а при этом фактически ребенок. И такие дети вынуждены решать этот вопрос кое-как, кое с кем, кое-где...

Вся обозримая история человечества отмечена повышенным вниманием к моменту потери девственности — наши предки отмечали этот момент жизни юного создания особым торжественным ритуалом, для семьи это был праздник, отмеченный богами плодородия.

Символика момента такова, что **инициация — это рождение женщины-матери**, когда детство закончилось и девушка вступает в новую стадию своего развития.

В более близких к нам исторических слоях акцент внимания переместился. В отличие от тех времен, когда человечество поклонялось богам плодородия, эпоха христианства наполнена кастрационными мотивами.

Считается, что инициация — это **потеря невинности**, соответственно автоматическое **обретение вины**. (кстати, все девушки, кто «не жалеет», знают о чем я).

Современные люди толком не верят в христианского бога (скорее это дань традиции, моде), и тем не менее **чувство вины и секс неразрывно связаны**.

Эта программа поддерживается широко распространенной средневековой тенденцией, «правом первой ночи» — когда девственность принадлежала господину, свадьба подневольных крестьян заканчивалась потерей девственности, но не с мужем, а с хозяином.

Ты удивишься, но именно эта «традиция» до сих пор вынуждает девушек отдавать первую ночь «нелюбимому» мужчине. Таким образом появляется «вина», которая впоследствии будет подталкивать девушку к измене уже существующему мужу...



Внимание: если для первого раза девушка выбрала случайного партнера, то она находится под управлением этой программы, ей нужно понимать, что программа будет толкать ее к изменам. Что может значительно осложнить жизнь. В центре программы находится чувство вины...

Теперь самая пора вспомнить, что женщины изначально крайне эмоциональны, а влюбленные женщины особенно — многие из них ради любимых не задумываясь расставались с жизнью.

Учитывая вышесказанное, отсутствие сексуальной чувствительности (фригидность) в данном случае будет служить защитой от действия вышеуказанной программы, поскольку будет понижать сексуальную мотивацию женщины.

Мы имеем дело с блоком, наложенным на блок, то есть **программа будет подталкивать женщину к измене, пониженная сексуальная чувствительность в данном слу-**

чае ослабит это «подталкивание». В итоге таким образом женщина может заблокировать управляющее действие деструктивной программы...

Рассматривая этот частный случай проявления одной большой программы-деструктора, мы подошли к основному моменту, который просматривается в свидетельствах практически всех девушек, — это **отсутствие сексуального мотива.**

Практически никто из девушек не рассказал о своем сексуальном желании, даже если оно и было, то осталось за кадром, на последнем месте.

Это самый важный момент — он говорит нам о том, что с самого первого раза социальная мотивация носит первичный, подавляюще-замещающий характер.

Подмена одной мотивации другой имеет огромное значение в жизни будущей женщины, а именно:

- наличие сексуального мотива ставит женщину в зависимость и от мужчины, и от обстоятельств, чем сильнее этот мотив, тем сильнее влечение и тем беспомощнее (возбужденная) влюбленная женщина;

- замена сексуального мотива на социальный позволяет женщине управлять своим телом и ситуацией, она не только выходит из-под сексуальной зависимости от мужчины, но и, более того, получает возможность управлять его сексуальной энергией (правда, до поры до времени)...

Итак, взамен потерянной чувствительности женщина получает расширенные возможности к управлению, то есть власть.

Не буду оригинален, если повторю замусоленную истину — за власть нужно платить... Валютой в данном случае будут молодость, здоровье и счастье — в общем-то немного.



Запомни: общая зависимость такова, что чем меньше сексуальная мотивация, тем выше мотивация социальная и тем выше ощущение контроля.

Кстати, ощущение контроля совершенно ложное, на самом деле это показатель того, что данная женщина находится под управлением программы-деструктора, то есть не она контролирует окружающую реальность, а программа...

Попробуем рассмотреть такой механизм действия деструктора, как «фригидность».

Перво-наперво хочу заметить, что это настройка, которая действует с уровня социальной оболочки человека. С этого уровня блокируются реакции физического тела, после чего тело разума пытается объяснить случившееся, но не имеет для этого необходимой информации.

Ложная трактовка событий поддерживает действие деструктора и создает обратную вибрацию, которая проходит через физическое тело и уходит в тело социума. Физическое тело в итоге несет двойную блокировку.

Как вы понимаете, блокировка может реализовываться на разных этапах полового взаимодействия. Блокируется или фаза сексуального возбуждения, или фаза реализации, или фаза релакса... Также возможны и комбинации.

Итак, три типа блокирования:

1. Когда блок срабатывает еще **на фазе возбуждения**, скорее всего, и две последующие фазы будут заблокированы — тогда во время секса женщина совершенно спокойно может думать: «И чего в этом такого... ну скоро он там... надо обед приготовить..., лишь бы чего не подхватить... попросу шубу...» и т.д.

2. Если заблокирована **фаза реализации**, то фаза возбуждения будет пульсирующе-затухающей — это значит, что сексуальное возбуждение может чувствоваться, но не всегда, при этом со временем (по мере старения организма) блок переместится на фазу возбуждения. При блоке этого типа возможно наличие клиторального оргазма.

3. Закрытая фаза релакса означает, что женщина может получать удовольствие от секса, она чувствует клиторальный оргазм. Но ее ощущения не являются полными — глу-

бокий, маточный оргазм ей не доступен. В зависимости от обстоятельств и эта фаза может в развитии привести к блоку фазы возбуждения.

Поскольку два последних типа блокировки со временем (обычно) усиливают свое действие и в результате приходят к первому типу, то есть смысл поговорить именно о нем.

Выше мы рассматривали эффект Ороборо, который разрушительно действует на весь организм, — если подумать, то может показаться, что фаза возбуждения не наступает, то и вышеуказанный эффект окажется заблокированным.

Совершенно верно, только есть одно но...

Дело в том, что из всех трех возможных вариантов возбуждения (сексуальное возбуждение, страх, агрессия) в нашей реальности именно сексуальное влечение может перейти на следующие фазы, то есть реализоваться.

В результате действия деструктивного блока закрывается единственная (для организма женщины) возможность получить разрядку.

К тому же блок сексуального возбуждения делает женщину более возбудимой в двух других случаях — **сексуальная энергия перемещается в зону страха и агрессии**. Подобное можно наблюдать сплошь и рядом — злость, раздражение, депрессия, причины которых кроются в проблемах с сексуальной реализацией.

Как Ты можешь догадаться, деструктивная энергия эффекта Ороборо перераспределяется в эти области вслед за сексуальной энергией — в результате разрушительное действие на организм в разы усиливается...

Процессы, протекающие на уровне физического тела, мы будем рассматривать далее на конкретных примерах. А сейчас перейдем к телу разума, к той части деструктора, которая скрывается за робкими объяснениями нашего малоинформированного я.

Сильно надеюсь, что вы удивитесь — **программа, которая проявляет себя как фригидность, в своем ядре является защитной программой** — во как!

Именно из-за этой ее особенности с ней так сложно справиться с помощью классических методов. Выше мы уже говорили, что **наличие этого деструктора снижает зависимость женщины от мужчины**, но есть и кое-что еще.

У разных женщин деструктор может иметь совершенно различное информационное наполнение, тем не менее можно выделить несколько основных моментов.

Именно такими наполнителями могут быть страх — в основном как реакция на насилие, и «коммерция» — то есть секс за деньги. Впрочем, скорее всего, можно увидеть сочетание вышеуказанных наполнителей программы.

Если у женщины первый тип блокирования и она даже не знает, как может быть иначе, значит, блок носит наследственный, переходной характер (карма). В этом случае деструктивная программа перешла от матери, но, скорее всего, мать тоже получила ее от своей матери и т. д.

При такой передаче переходов может быть сколько угодно, при этом каждый носитель добавляет к программе нечто свое — то есть программа постепенно мутирует (приспосабливается к новым условиям).

Если программа наследственная, то ее ядро — это реакция на сексуальное насилие со стороны мужчины, при этом обязательно связанное с угрозой для жизни. При этом **программа страха должна срабатывать на всех мужчин в целом**. Поскольку, имея такие реакции, невозможно жить в социуме, то страх блокируется защитой, которая снижает чувствительность.

Почти всегда вышеуказанное ядро программы, развиваясь, сталкивает одно из поколений женщин рода с проблемой проституции: женщина вынуждена продавать свое тело или за деньги, или из-за социального положения, например рабства...

Программа проституции всегда находится рядом с фригидностью, при этом фригидность может быть и без проституции (хотя обычно элемент продажи все же присутствует), профессиональной же проституции без фригидности не бывает.

Первое, чему учат проституток, — это тому, что запрещено «кончать», в противном случае женщина почти сразу «сгорает». Оказывается, совершенно невозможно испытывать оргазм и обслуживать несколько мужчин подряд...

Не буду вдаваться в подробности — в общем, наследственный деструктор выглядит так: **сексуальное насилие со стороны мужчины, связанное с угрозой для жизни, — в ядре программы; проституция или ее варианты — в развитии; псевдоконтроль своего тела и социального пространства — в настоящей фазе.**

Несмотря на то что программа «эволюционировала», в настоящем слое можно найти и элементы агрессии и элементы *«золотого блока»*.

С агрессией, думаю, все понятно: мужчина, партнер женщины — носителя деструктора, чувствует, что им управляют (это бессознательно делает женщина, которой управляет программа), и от безысходности может сорваться в агрессивном порыве (скорее всего, временном). Кроме того, данная программа действует на партнера таким образом, что он начинает, как зеркало, отражать ее — т. е. постепенно теряет потенцию, что в развитии может превратить его в полного импотента.

«Золотой блок» тоже понятен — если от секса нет удовольствия, то превратить мужчину в спонсора — «святое дело». Эрогенная зона женщины при этом перемещается в сторону неких материальных приобретений (см. главу «Вина Мидаса»).

Если говорить о менее сильных проявлениях программы, то второй и третий тип блокирования может наблюдаться при ослабленной передаче. Например, девочка может стать свидетелем измены матери или результатов измены (скандалы и т. д.). Плохо понимая, что происходит, ребенок тем не менее будет защищать семью, а значит, себя и отца единственным доступным ему способом — переносом на себя. Таким образом, система, независимо от сознания девочки, может заблокировать ее будущую сексуальную активность как причину опасной ситуации...

На этом месте Я хочу прервать свой рассказ о деструкторе «фригидность», но не завершить его — на страницах книги мы не раз еще вернемся к этой проблеме и ее наиболее серьезнейшим последствиям. Кроме того, Я не буду подробно описывать здесь подпрограмму «Золотой блок» по той причине, что Ты можешь ознакомиться с ее аналогом, только в мужском варианте, в следующей главе.

Вина Мидаса

Эта глава является вольной интерпретацией поэмы Овидия «Метаморфозы».

Однажды веселый бог Дионис с шумной толпой менад и сатиров бродил по лесистым скалам Тмола во Фригии. Но его учитель Силен отстал и, спотыкаясь на каждом шагу, сильно охмелевший, брел по фригийским полям. Местные крестьяне отвели его к царю Мидасу.

Мидас узнал учителя Диониса, принял его с почетом и девять дней чествовал роскошными пирами. На десятый день Мидас сам отвел Силену к богу Дионису.

Увидав Силену, Дионис настолько обрадовался, что позволил Мидасу в награду выбрать себе любой дар.

Тогда-то Мидас и пожелал... Он воскликнул:

— О великий бог Дионис, повели, чтобы все, к чему я прикоснусь, превращалось в чистое, блестящее золото!

Дионис исполнил желание Мидаса, но посетовал, что зря, мол, не избрал себе Мидас лучшего дара.

В ликовании удалился Мидас. Радуетесь он полученному дару, срывает зеленую ветвь с дуба — в золотую превращается ветвь в его руках. Срывает он в поле колосья — золотыми становятся они, и золотые в них зерна. Срывает он яблоко — яблоко обращается в золотое, словно оно из сада Гесперид. Все, к чему ни прикасался Мидас, тотчас обращалось в золото. Когда он мыл руки, вода стекала с них золотыми каплями. Счастлив был Мидас.

Вот пришел он в свой дворец. Слуги приготовили ему богатый пир, и довольный Мидас возлег за стол. Тут-то он

понял, какой ужасный дар выпросил он у Диониса. От одного прикосновения Мидаса все обращалось в золото. Золотыми становились у него во рту и хлеб, и все яства, и вино. Тогда-то понял Мидас, что придется ему погибнуть от голода.

Простер он руки к небу и воскликнул:

— Смилуйся, смилуйся, о Дионис! Прости! Я молю тебя о милости! Возьми назад этот дар!

Явился Дионис и сказал Мидасу:

— Иди к истокам Пактола, там в его водах **смой с тела этот дар и свою вину**.

Отправился Мидас по велению Диониса к истокам Пактола и погрузился там в его чистые воды. Золотом заструились воды Пактола и смыли с тела Мидаса дар, полученный от Диониса. С тех пор златоносным стал Пактол...

Как же научиться управлять программой таким способом, что бы она не завладела вами?

Поэт Овидий, проживавший еще до нашей эры, описал программу, о которой я рассказываю. О чем это нам говорит?

Только о том, что перед нами серьезный «противник», тот, который переживает своих носителей и век за веком управляет людьми. По этой причине прошу отнестись к этой программе максимально серьезно. Она заслуживает такого отношения и по той причине, что является смертельно опасной, поэтому обращаться с нею нужно максимально осторожно. Представьте склянку с боевыми бактериями — незащищенному и неспециалисту лучше к ней не прикасаться.

В чем основная опасность этой программы? Только в том, что она в обмен на золото и его эквиваленты стремится забрать жизнь своего носителя — Мидас чуть не умер от голода. Есть другой вариант развития событий — он мог случайно дотронуться до себя самого и превратиться в золотой постамент.

Царь Мидас не умер, у него была возможность оценить, какой ужасный дар выпросил он у Диониса, и всепонимающий бог «простил» его. При этом царь перед Дионисом ни

чем не провинился, поэтому бог остался нейтральным: иди смой дар и свою вину.

Бог вина заранее знал, что именно просит у него Мидас, но при этом легко пошел ему навстречу, так же легко он избавил царя от желаемого. Избавление пришло сразу после того, как Мидас осознал, что с ним происходит. Вторым шагом он «смыл» вину.

Это хорошая подсказка для нас с вами — в центре программы всегда лежит вина. При этом Овидий умалчивает, в чем вина царя Мидаса и перед кем. Я тоже не буду говорить об этом — осознание этого момента для вас будет показателем того, что вы можете контролировать эту программу.

Поэтому рекомендую несколько дней перед сном перечитывать эту историю и засыпать, размышляя о ней. Просыпаясь, не спешите встать с постели, полежите минут пять с закрытыми глазами, подумайте — в чем провинился Мидас и перед кем, кто наказал царя и за что. Ответы придут сами. Это упражнение — самый простой способ входа в состояние управляемого транса, впоследствии можете использовать его для получения ответов на самые разнообразные вопросы.



Запомните имя этой программы — **программа Мидаса**. Суть ее — **жизнь в обмен на золото**.

В дальнейшем так и будем ее называть, по имени царя-первоиспытателя.

К сожалению, современным носителям программы Мидаса осознание «зловещего дара» так просто как царю-первопроходцу не приходит. Обычно они, чувствуя страх за свою жизнь, **защищаются понятным им способом** — еще больше золота. И это несмотря на то, что лучше от такой меры не становится.

И ясно почему — программа Мидаса естественным образом «выжигает» вокруг себя все живое. При этом даже ка-

саться не надо — программа контролирует и зрение тоже.
Все, что видит вокруг себя ее носитель — это только золото.

Абсолютно на всем болтается золотой ярлычок от программы Мидаса. Мир для такого человека — это ничего не значащие оболочки, значение объектам придает только их стоимость.

Идея всей жизни заключается в денежном эквиваленте, который присваивается любому движению, происходящему в этом мире. В реальности, которую формирует программа Мидаса, красочное многообразие мира превращается в стройную и понятную абстракцию рядов «зеленых» цифр.

Например, носитель программы при взгляде на женщину увидит ее стоимость, то есть сколько ему нужно потратить «зеленых человечков», чтобы, например, получить ее в жены или провести ночь. Таким образом образ абсолютно любой женщины сводится к образу денег, которые нужно заплатить. В голове такого человека возникает наипростейшее равенство: **сексуальное возбуждение равно деньгам, уплаченным за женщину.**

Потом носители жалуются, что женщины перестают их возбуждать... Неудивительно, ведь все возбуждение досталось «человечкам» с зеленых симпатичных прямоугольничков. Человек совершенно не понимает одной простой вещи: какая бы прекрасная девушка ни встретилась на его пути, какими бы качествами она ни обладала, **он сможет увидеть перед собой (увы!) только шлюху.** В зависимости от «стоимости», дешевую или дорогую. Не сомневайтесь, женщина это не только почувствует, но и вернет должок по полной...

...поскольку у нее начинает работать ответная часть той же программы — если мужчина (носитель программы Мидаса), глядя на женщину, без труда определяет ее стоимость, то женщина, глядя на него, подсчитывает, сколько она с него получит. У женщины в таком случае возникает другое уравнение: **сексуальное возбуждение равно деньгам, полученным от мужчины.**

В результате действия программы сексуальное влечение и у одних и у других притупляется, что приводит одних к псевдоимпотенции, других к мнимой фригидности.

Мужчины при этом начинают думать, что от них хотят только денег. На этом моменте круг замыкается — носитель программы «наступает себе на хвост». Он искренне не понимает, почему вокруг него все отношения сводятся только к деньгам. При всей своей логичности мышления он не видит одну простую истину — логично брать от человека, то что он может дать. Вы приходите в магазин, делаете покупку, продавец (совершенно естественно) ждет от вас только денег, но никак не рассказа о ваших сложностях с партнерами по бизнесу.

Вернемся к программе Мидаса: прикасаясь руками своего носителя к его друзьям, жене и детям, будет превращать все, что могло быть дано ему счастье, в холодные и, уввы, неживые золотые изваяния.

Трагедия носителей программы заключается в том, что они искренне недоумевают, почему к ним такое отношение со стороны детей, жен, друзей, любовниц, ведь они на них столько тратят.

Дело в том, что ни один из вышеперечисленных персонажей не желает превращаться в объект с ценником вместо души. Поэтому они могут жестко отомстить тому, кто для них так старается.

Особенно трагично, когда не выдерживают дети, когда они выбирают как меру воздействия уход от жизни. Хорошо, если это имитация ухода, например в хип-хоп-культуру или экстремальный спорт. В худшем варианте это срыв в наркоманию и, как следствие, горе родителя.

Такой родитель не видит, что его собственный ребенок ценой своей жизни пытается вытащить других «наркоманов» — своих отца и мать. Лечение в таком случае малоэффективно, почти бесполезно, поскольку направленно не в ту сторону.

Основная ловушка для носителя программы: чем больше «хозяин» тратит на окружающих, тем больше ответная неприязнь (даже ненависть).

Это потому, что **настоящий хозяин — это программа Мидаса, а ответная неприязнь — это просто часть программы**. Человек, «зараженный» программой, просто безропотный ее носитель: ему положено программой возбуждать подобные чувства.

Желаете искренности и понимания, получите — обратитесь к проститутке, она выдаст вам и того и другого, согласо оплаченному времени, но, заглянув к ней в душу, вы обнаружите лишь боль и ненависть...

Да, богатство ослепляет и женщин тоже, тем не менее рекомендую хорошо задуматься каждому, кто решил купить любимую.

Последствия в случае с царем Мидасом могли быть следующие: царь идет по дворцу, за ним остаются золотые следы, жена, дети, слуги, министры в панике разбегаются от него в разные стороны — прикосновение царя смертельно...

Но такое может быть, когда программа видима, а если ее не видно, что тогда происходит? Да ничего такого, никто никуда не разбегается, просто-напросто программа захватывает все новых и новых носителей.

Энергетика женского тела. Лишний жир

...За все время я похудела на 8 кг. При этом я позволяла себе время от времени объедаться. А на следующий день обычно голодала. Я была и 60 кг. Но потом сорвалась и сейчас 61. Короче, у меня начинается новый этап. Сейчас надо похудеть до 56. А там и до 50 недалеко...

Потом новая проблема: кругом столько красивых мужчин... Хотя я и симпатичная, на меня обращают внимание... но этот идиотский комплекс и уверенность в том, что я толстая — меня никто не может полюбить, засел глубоко во мне, ничего не могу с собой поделать, краснею, бледнею и

отмахиваюсь от всех. Короче, бесит меня жир как таковой. Не люблю толстых и себя не люблю за то, что я толстая, ненавижу складки на животе, жирные ляжки (окорочка, батоны...). Фу... Блин, когда же я добьюсь своего?! Хотя сейчас значительные прогресс идет, еще в декабре я была 70... Сейчас почти 60. Значит, 10кг почти сбросила. Черный кофе, сигареты и таблетки, снижающие аппетит — это, возможно, мне и помогло. И те периоды, когда я по четыре дня только на сигаретах, кофе и кефире была, помогли, жестоко, но действительно... Печально все это.

Наличие лишнего жира — это следующий ускоритель старения организма, и, конечно, мы уделим ему максимальное внимание, ведь в наших силах определить, насколько «это печально».

Сразу хочу отметить, что жир в организме человека играет ту же роль, что и батарейка в сотовом телефоне... Теперь представьте — каждая жировая клетка тела — это «батарея», которая в случае необходимости готова снабдить организм концентрированной энергией.

Почему концентрированной? Потому что наш организм ежедневно утилизирует избытки энергии и переводит их в форму, наиболее пригодную для хранения, — жир.

Каждый раз при повышении в крови сахара (глюкозы) излишек превращается в жир. Возможно, Тебе будет любопытно узнать, что основную энергию для своей жизнедеятельности наш организм получает из глюкозы (сахара). Соответственно процесс пищеварения — это в основном процесс извлечения сахара из съеденной пищи.

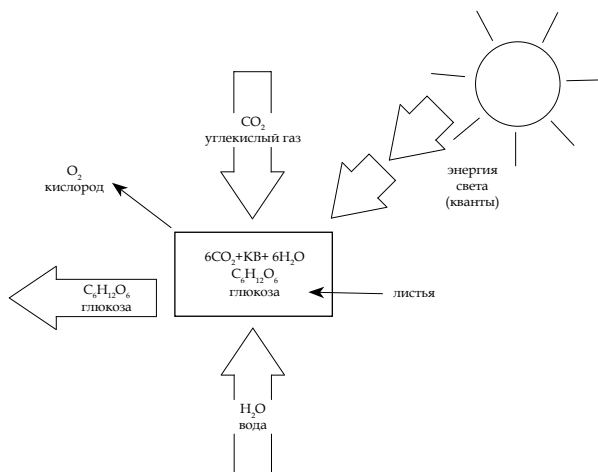
Не только жир является «батареей» для хранения энергии, есть еще два типа «батареек» — это, собственно говоря, сама глюкоза и ее еще одна концентрированная форма — гликоген.

Если жир — это батарея самой высокой емкости, на которой «телефон» проработает гораздо дольше, то гликоген менее энергоемкий. И наконец, глюкоза — это самый примитивный элемент.

Глюкоза является базовым элементом. Это значит, что все остальные элементы (гликоген, жиры), включая белки, организм умеет создавать из нее.

А откуда она берется?

Могу спорить, что Ты никогда не задумывалась о природе происхождения энергии, которую каждый день получаешь в виде пищи. Тем не менее на уроках биологии об этом неинтересно рассказывают учителя...



Мы питаемся энергией солнца, которую для нас запаковывают растения — глюкоза образуется в зеленых листьях из углекислого газа, воды и солнечного света ($6\text{CO}_2 + 6\text{H}_2\text{O} + \text{квант света} = \text{C}_6\text{H}_{12}\text{O}_6 + 6\text{O}_2$), при этом растения выделяют кислород, которым мы дышим.

Удивительное дело (алхимики отдыхают), но **твердый кусочек сахара — это свет, вода и углекислый газ!**

Когда наше тело использует энергию света, то происходит обратная реакция и образуется вода, которая выходит с потом (мочой), и углекислый газ, который мы выдыхаем.

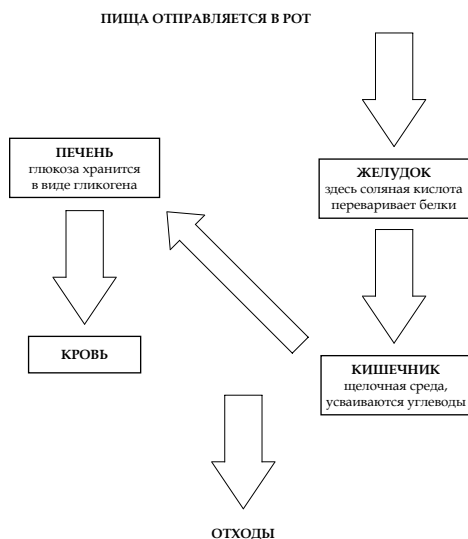
После каждого приема пищи избыток глюкозы с помощью инсулина превращается в гликоген и хранится в пе-

чени и тканях мышц. Если глюкоза — это энергия, которая расходуется сразу, то гликоген — это запас энергии на день (18 часов).

Что произойдет, если печень и ткани мышц наполнятся гликогеном, а процесс пищеварения будет продолжаться и все новая глюкоза будет поступать в кровь?

Есть подозрение, что кровь начнет превращаться в варенье, но ничего такого не происходит — организм понимает, что наступили «хорошие времена», и начинает делать **стратегические запасы**, то есть превращать энергию в ее жировую форму.

Картина не будет полной, если не пояснить роль уже знакомых нам стероидных гормонов — адреналина и инсулина.



Они как муж и жена в период конфликта: каждый тянет одеяло на себя, и каждый делает ровно противоположное, чем его супруг. Похожая ситуация наблюдается во взаимоотношениях адреналина с инсулином — они подавляюще действуют друг на друга.

Весь процесс очаровательно прост — как только после еды сахар в крови начинает повышаться, тут же происходит выброс инсулина. Этот гормон мгновенно становится «старшим в доме» — только с «его разрешения» клетка тела может использовать энергию глюкозы.

Под действием инсулина неиспользованная клетками глюкоза моментально начинает превращаться в гликоген и запасаться в печени. Как только печень набирает дневную норму, гликоген больше не образуется — инсулин приступает к синтезу жира.



Запомни: инсулин — некий сторож, он появляется вместе со свободной глюкозой (чем больше глюкозы, тем больше инсулина) и сразу концентрирует ее.

Итак, в норме глюкоза в свободном состоянии находится ровно столько времени, сколько (немного) нужно для сиюминутных нужд организма. В течении дня запасы гликогена постепенно растворяются и снова превращаются в глюкозу, которая идет на поддержание малоактивной (в норме) жизнедеятельности.

Инсулина в это время в крови мало, поэтому гликоген может растворяться.

В этом механизме есть один интересный момент — в перерывах между едой, при физической пассивности инсулин в крови низок, поэтому клетки мышечной ткани непроницаемы для глюкозы. Если им нужна энергия, то клетки получают ее за счет окисления жирных кислот.

Глюкоза же питает нервную систему и мозг — нервные клетки получают энергию, только сжигая глюкозу, причём усваивают ее независимо от инсулина.

Когда в организме все спокойно, инсулин «уходит», он сделал свою работу — накормил клетки, упаковал сахар и отправил его на хранение...

Но вдруг все мгновенно меняется — появляется адреналин. Это значит, что наступила фаза возбуждения, а во внешнем мире появилась сверхзадача, которая требует повышенной физической активности (секс, например).

Вся работа, проделанная инсулином, летит к «едрене фене» — адреналин тут же, как только появился, «вытряхивает» сахар назад в кровь, запасы гликогена в печени стремительно истощаются. Именно из-за этого многим в состоянии стресса хочется поесть — это сигнал о том, что печень пуста...

Инсулин пытается отреагировать на это «безобразие», он хочет убирать сахар из крови, но, пока адреналин здесь, инсулин не «высовывается»...

Но он отвоюет свое. Когда внешние сигналы поутихнут, адреналин начнет слабеть, тогда появится инсулин и снова уберет излишки. Этот процесс будем называть **инсулиновой чисткой**.



Внимание: инсулиновая чистка — это повторная, непредусмотренная утилизация глюкозы; там, где у современного человека глюкоза вторично утилизируется для хранения, у наших диких предков она сжигалась на фазе реализации (при этом инсулин не выделялся).

Главное, что нужно знать, — если организм перейдет на фазу реализации и даст себе возможность проявлять достаточно высокую физическую активность, то мышечные клетки смогут сжигать глюкозу без участия инсулина.

Если физической активности после фазы возбуждения не наступает, то весь процесс происходит впустую и заканчивается уже описанным нами деструктивным эффектом Ороборо.



Запомни: инсулин убирает из крови глюкозу, адреналин, напротив, превращает гликоген в глюкозу и обогащает ею кровь.

Основное — нужно понимать, что жир — это одна из форм **концентрата энергии**, а не просто излишки сала на животе и бедрах...

Но и это еще не все. Помимо энергетической, жировая ткань в организме женщины выполняет особую функцию. Причем именно эта ее особенность делает процесс «похудения» столь маловозможным.

В 90% случаев попытка сбросить лишний жир заканчивается (увы!) провалом. Все дело в том, что женский организм трактует процесс похудения ни мало, ни много как отказ рожать...

Женщина обычно плохо понимает, в чем дело и почему ее «невинные» попытки лучше выглядеть даются ей столь мучительно. На самом деле желание подкорректировать вес напрямую затрагивает интересы программы продолжения рода, а это основная программа, и бороться с ней чрезвычайно сложно...

Ты, конечно, можешь спросить: при чем здесь это и какова связь?

Все совсем несложно — дело в гормонах. Женский гормон эстроген, который способствуют началу овуляции, откладывается исключительно в жировой ткани. Чтобы овуляция наступила, а женщина смогла забеременеть, нужна определенная концентрация эстрогена. Для этого содержание жировой ткани должно быть не менее 22% от веса тела.

В противном случае менструальный цикл сбивается... и овуляция может не наступить вообще.

22% — это сколько? Возьмем калькулятор и посчитаем. Например, от 60 кг это будет 13,2 кг — прилично, для фото-модели явно многовато.



Запомни: 22% — это норма.

Подобное явление объясняется довольно просто: на самом деле причина не в эстрогене, а в механизме обратной связи — по низкой концентрации эстрогена программа узнает о низких запасах энергетического концентрата. Раз так, то с овуляцией можно подождать.

Механизм обратной связи мы не только рассмотрим как составную часть трансхединга, но и будем активно использовать, а сейчас перейдем к деструктивной части блока. А именно к избытку концентрата, то есть лишнему жиру. Его наличие в неконтролируемом развитии дает ровно такой же эффект, как и нехватка, — менструальный цикл сбивается, а овуляция не наступает.

Опять-таки уже повышенный эстроген говорит, что жира столько, что организм не справляется (болеет), поэтому программа воспроизводства блокируется.

Как только мы определяем наличие тенденции к набору лишнего жира (более 22%) — это значит, что есть восходящая тенденция к снижению сексуальной активности. В развитии она приводит к одной из стадий фригидности и временному бесплодию.

Вышеуказанное бесплодие может наступить вследствие активного развития всевозможных сопутствующих деструкторов. Думаю, не надо говорить, что программа набора лишнего жира — это один из основных ускорителей старения.

Дальше речь пойдет о том, как эффект Ороборо способствует набору лишнего жира и как полезный запас энергии превращается в яд.

Половая зрелость еще не наступила, а жировая прослойка у девочек уже на 10-15% больше, чем у мальчиков. Как только созревание девочки завершится, слой жира будет почти вдвое больше, чем у мальчиков. Запасы жира вполне оправданны — это резерв энергии для матери и ее будущего ребенка.

Девочка, превращаясь в женщину, в первую очередь превращается в будущую мать.

Итак, первый этап набора концентрата энергии — это наступление половой зрелости. Это вполне естественный процесс, который активно продолжается в начальной фазе половой жизни — девушка округляется, становится женственнее.

Все основные проблемы с весом обычно начинаются после двадцати, обостряются к тридцати, а после тридцати почти необратимы.

Помимо того, что наличие лишнего жира является сильнейшим фактором сексуального блокирования, этот блок подразумевает серьезные проблемы, связанные с ослаблением иммунной системы.

Происходит следующее:

1. На этапе созревания девушка естественным образом набирает жировой «округлитель»;

2. Начинается сексуальная жизнь процесс продолжается, следует рождение ребенка;

3. Малоподвижный образ жизни плюс сексуальный блок приводят к набору деструктивного жира;

4. Сексуальная активность понижается — блок усиливается, стресс тоже.

Излишний вес и деструктивный блок сексуальной энергии неразрывно связаны, дополнительным показателем этого служит то, что мужчины в нашем социуме предпочитают худых и стройных.

Это несмотря на то, что «полненькая» девушка больше подходит для роли матери. В чем же дело?

Особенно непонятна такая тенденция, учитывая мужскую тягу к повышенному эстрогену (что подтверждено множественными экспериментами). Казалось бы, чем полнее женщина, тем выше у нее эстроген и тем больше она должна нравиться.

Представь себе, у всяких «диких» народов так и есть. Почему чем более общество цивилизовано, тем больше смещается акцент в сторону худых?

Дело не в запасе питательных веществ в организме женщины (питание лежит в цивилизованном мире в холодильнике), дело в здоровье.

Мужчины выбирают худых потому, что худоба неосознанно ассоциируется с молодостью. Но это тоже странно — в дикой природе наш «брат» человекообразный, обезьяний самец всегда предпочтет более опытную (сильную) самку, он никогда не выберет молоденькую.

На самом деле мужчины внесознательно связывают лишний жир со средним возрастом (то есть со старением), а средний возраст современной женщины лишь в единичных случаях проходит без наличия серьезных деструкций в репродукционной системе. Другими словами, мужчины выбирают не молодую и стройную, а более здоровую и более готовую к репродукции... К счастью, мужчины этого не осознают, а мыслят на уровне «нравится — не нравится».

Поэтому, милые девушки и женщины, дело не в лишнем весе (это косвенный фактор) и не в возрасте — дело в блоке сексуальной энергии.

Справьтесь с блоком, и проблемы с мужчинами будут решены.

Прежде чем перейти к непосредственному механизму этого деструктора, хочу сказать несколько слов о естественном периоде отталкивания, в котором лишний жир держится, несмотря на все усилия.

Мне 26 лет рост 162 см. До беременности весила 57 кг, после родов стала весить 83. Когда кормила год грудью, стала весить 88, после того как отлучила от груди, стала весить 78 кг. И вот уже почти год стою на месте, не могу больше сбросить, вся в растяжках, просто жуть. Ем не много. Мой муж говорит: «Если бы я так ел, ветром бы сносило». А мне не помогает, может, что-нибудь посоветуете.

...У меня эта вечная проблема с лишним весом. До родов весила 65-68 кг при росте 169 см. За беременность набрала около 20 кг, 10 из которых сбросила после родов, но в период кормления вновь набрала. Теперь уже грудью не кормлю, а мой вес сейчас (страшно сказать) 84 кг. На днях приобрела средство для похудения Beauton-C (биологически активная добавка на основе хитозана), начну принимать через три дня. Пока настраиваюсь, размышляю, говорят, результат сногшибательный, ну, в смысле худеешь наверняка и притом навсегда.

Попрошу внимания — биопохудалки, конечно, приведут к «сногшибательному» результату — повышенному сопротивлению со стороны организма, то есть если похудалка подействует, то через некоторое время все с прибавкой вернется назад.

Нужно понимать, что организм женщины держит запас энергии для матери и ребенка весь период кормления. Внимание женщины естественным образом переключено на ребенка, сексуальная привлекательность в этот период только отвлекает от основной задачи. Более того, настройки организма таковы, что женщина скорее отпугивает самцов, чем привлекает их (запах, внешний вид, тембр голоса). Совершенно не случайно менструальный цикл не восстанавливается весь период вскармливания.

Кстати, собственный муж в первую очередь попадает в эту категорию, знание особенностей этого периода поможет избежать многих проблем, которые возникают в парах в первый год после рождения ребенка.

Само собой, следует прислушаться к своему организму и научиться понимать его сигналы.

В этот период ни в коем случае не следует заниматься сексом, если нет сексуального возбуждения, — в противном случае организм усилит симптомы отталкивания, вплоть до соответствующих осложнений (молочница и т. д.).

Психологические конфликты в этом случае усиливают действие физиологических процессов. Молодой матери нужно помнить, что минимум полгода после рождения

ребенка секс ей ни к чему. Как только пара сумеет решить этот вопрос, напряжение пройдет само собой.

Ни в коем случае не стоит садиться на диету и насильно худеть в этот период, ведь таким образом естественный блок переводится в деструкцию, со всеми вытекающими проблемами. Как только естественный период закончится, можно начать заниматься по программе трансхедера.

Как видите, многие женщины, раз родив, могут расползеть навсегда. И это одна из причин того, что в большинстве случаев средний возраст женщины сопровождается лишним жиром.

Другой причиной появления устойчивого лишнего жира является неспособность почувствовать, сколько еды на самом деле нужно организму.

Голод. Еда, энергетический концентрат, деструкция и старение

Большинство и женщин и мужчин не знают, что, когда они едят, они не просто получают пищу, а ускоряют старение организма.

Пришла пора узнать, как это происходит.

Привычка, «выработанная годами», — это так называемое трехразовое питание. Традиция есть три раза в день — одна из худших придумок человечества, которая сама по себе представляет отдельный деструктор.

Такое питание — это не что иное, как программа получения энергии, привязанная не к естественным потребностям организма, а к определенному времени суток.

Следуя этой программе, человек уподобляется собаке Павлова, то есть с раннего детства у него вырабатывается и закрепляется рефлекс, результатом которого является трехразовый запрос на получение пищи независимо от энергетики организма.

Основная деструкция при этом проявляется в том, что чувство голода теперь не информирует человека о том, что энергия израсходована. Человек приучен испыты-

вать псевдоголод, который информирует его только о том, что настало время приема пищи.

Псевдоголод — это не настоящий голод, его подобие — ложное ощущение, сбивающее человека с толку. Настоящий голод — это ни с чем не сравнимое мощное чувство, то, которое заставляет хищника преследовать добычу, то, которое вызывает первичную агрессию, связанную с необходимостью пополнить запас энергии.

Настоящий голод возникает не при виде пищи и не перед обедом, а только тогда, когда глюкоза в организме израсходована почти полностью, а запас гликогена подходит к концу. Но для поиска пищи в первобытной реальности нужно было время, для этого и нужен жировой концентрат — это своего рода резервная батарея, на которой организм может работать месяц. Только представь себе: при нормальном содержании жира (22%) организму хватит энергии на месяц функционирования, и это при том, что употребляться будет только вода.

Первичный голод — это настолько сильная программа, что по своей яркости затмевает все остальные, даже программа репродукции отступает...

Все понятно, сигнал, о котором мы говорим, относится к системе непосредственного выживания, поэтому его наличие перекрывает все остальные сигналы.

У современного человека ничего подобного не происходит — он отучен чувствовать уровень своей энергетики. Часто в эзотерических учениях можно встретить разглагольствования на тему внутренней энергии, но сами «гуру» толком не понимают, о чем это они, поэтому стремятся напустить как можно больше тумана...

Все несложно: в теле человека действительно циркулирует вместе с кровью энергия солнца, упакованная в молекулах глюкозы, эта энергия накапливается в виде гликогена в печени, а более продвинутая (концентрированная) ее форма отложена как жир в подкожной ткани. Это все — все, что дальше происходит в организме человека, работает на этой энергии.

Секрет жизнедеятельности прост — прежде чем пополнить запас, нужно его израсходовать.

А если нет? Может, ничего страшного?

Конечно, может, и ничего страшного, только есть одно **но** — посмотрим, что происходит с дикими животными при переводе на трехразовое питание...

Как только человек начинает кормить дикого зверя, попавшего в неволю, по своему графику, звери начинают болеть почти так же часто, как люди, причем теми заболеваниями, которые им вообще несвойственны. В нормальной среде обитания ничего подобного с ними не происходит — хорошо известно, что дикие животные, в отличие от домашних, болеют намного реже.

В чем дело? Только в том, что все без исключения болезни возникают благодаря ослаблению иммунной системы. Что это значит? «Экстрасенсы» разных школ расскажут вам про ауру, порчу, сглаз и дырки в энергетическом поле. На самом деле стоит посмотреть на них самих, как станет понятно, что у них тоже есть дырка... только в голове... Мыслящему человеку лучше всего их не слушать.

*Я одно время специально ездил по этим «специалистам» и изучал туфту, которую они втирают доверчивым людям. Поверьте мне, если у кого что и прошло, то это вопрос **веры** — некой наивной, детской надежды на чудо. Все остальное — грубые, примитивные манипуляции. Чтобы больше не возвращаться к этому вопросу, приведу пример выборки, то есть способа, которым маги отбирают целевую аудиторию (обсуждалось на заседании правительства Москвы).*

Объявление в газете: «Гадалка, девственница в четвертом поколении, заговорит, снимет порчу и т.д. «Похоже, что дающая объявление не соображает: девственниц в четвертом поколении не бывает; на самом деле все она прекрасно понимает — просто ищет своего «дурака», ей заранее понятно, что человек, который придет к ней по этому объявлению, поверит в любую чепуху, которую она ему расскажет... И в дыры в ауре, и в марсиан, и в чертей — а главное, будет исправно носить деньги и, мало того, приведет еще пару-тройку таких же... Дураки, как известно, ходят стаями.

Вернемся к иммунной системе. Проблемы по этой части говорят только об одном: лейкоциты, содержащиеся в нашей крови и уничтожающие патогенную микрофлору, не справляются.

Причиной этого является наше питание и эффект Ороборо.

Усугубляет положение наличие лишнего жира.



Внимание: пред нами физиологический мотор большинства деструкторов.

Каков же его механизм?

Представьте себе легковой автомобиль, который заправляют три раза в день, бензин еще толком не израсходовался, а машина едет на заправку. Мало того, бензин заливается в дополнительные канистры. Запасы грузятся в багажник, на задние сиденья, на переднее сиденье, на колени к самому водителю... Но этого оказывается недостаточно, несколько канистр привязывается на крышу и по бокам машины... А все дело в том, что бензина просто завались: «Вот он, бери — не хочу».

Конечно, такое авто невозможно увидеть на улицах города, в отличие от людей с лишним жиром.

На самом деле жир — это те же канистры с бензином, только форма существования энергии другая...

При трехразовом питании организм получает гораздо больше пищи, чем может израсходовать.

Значит, глюкозы в крови предостаточно, гликоген никогда из печени (бензобака) не вымывается, а до жировой прослойки дело вообще не доходит.

Даже если жировая прослойка в норме, при условии стандартной физической активности система пищеварения, получая новую порцию пищи, не спешит ее переваривать.

Множественные эксперименты показывают, что в случае нулевого питания (активное голодание) любая пища,

поступившая в систему пищеварения, сразу усваивается, на следующий день шлаки выходят из организма...

При трехразовом питании пища забивает кишечник и хранится там до той поры, пока новая порция, поступившая сверху, не вытолкнет полупереваренные объедки наружу.

В итоге в самом центре системы жизнеобеспечения человека образуется идеальное место для развития микробных ассоциаций — им здесь тепло, уютно, много пищи и никаких врагов.

В желудочно-кишечном тракте человека в несметных количествах обитают (более 500 видов) микробы, бактерии, дрожжи и пр.

По некоторым научным данным, только в грамме испражнений находится до 30–40 млрд микробов. Как только пища задерживается в кишечнике, сразу начинают развиваться процессы брожения и гниения, что идеально подходит для развития полимикробных колоний.

Нетрудно посчитать, что если в грамме фекалий находятся миллиарды микробов, то в килограммах — триллионы. Возникает вопрос: каким образом организм справляется с этой немислимой «армией» и удерживает ее от «вторжения», которого она так жаждет?

Для этого существует иммунная система, а в частности лейкоциты, или белые кровяные тельца. Именно они защищают организм от патогенных микробов, грибов и бактерий.

При нормальном питании каловые массы не задерживаются и кишечник регулярно очищается, при трехразовом возникает ситуация, когда количество лейкоцитов в области кишечника значительно возрастает (пищевой лейкоцитоз).

Это похоже на военные действия на границе государства, когда для защиты своих границ государство снимает войска с других участков (ослабляя их) и вынуждено проводить дополнительный набор в армию.

Когда кишечник забит каловыми массами, а процесс поступления пищи при этом продолжается, лейкоциты перестают справляться. Если учесть, что вес каловых отложений, которые приходится таскать человеку средних лет, может до-

стигать от двух до двенадцати килограммов, а длина кишечника человека составляет несколько метров, то можно пред- ставить общий фронт борьбы. При этом нужно учитывать, что это ежедневное противостояние, при котором у ваших верных «солдат» нет ни единого шанса для передышки...



Запомни: лейкоциты защищают границы ки- шечника от проникновения в организм патогенных микроорганизмов.

Соответственно, чем активнее кровоток в этой зоне в мо- мент переваривания пищи, тем лучше защита организма.

Помнишь, мы говорили о перераспределении энергии на фазе возбуждения — кровь отливает от органов пище- варения, и 60% ее направляется к мышцам. Сразу после приема пищи происходит ровно обратный процесс — в состоянии покоя на тонкий кишечник приходится 10-15% крови (от ударного объема сердца); когда пища попада- ет в систему пищеварения, кровоток увеличивается на 30-130% от этих 15% (в зависимости от того что и сколько съедено).

Теперь все «внимание» организма направленно на ки- шечник, но кишечник-то забит непереваренной, подгнива- ющей массой еще с прошлой еды...

В итоге организм вынужден постоянно поддерживать приток крови в эту область.

Подобная необходимость со временем приводит систе- му организма к деструкции, мышцы даже при понижен- ной активности нуждаются в энергии; поэтому возникает дисбаланс — снижая кровоток в области заполненного кишечника, организм автоматически снижает свой им- мунитет...

Вышеуказанный процесс приобретает совсем угрожаю- щий характер, когда наступает фаза возбуждения и в дело вмешивается адреналин. Тогда организм готовится к резко-

му скачку активности и кровь уходит из области кишечника к мышцам и коже.

В этот момент в организме образуется огромная «иммунная дыра», то есть загнивающая полупереваренная каловая масса, наполненная миллиардами микробов, начинает отравлять организм. Лейкоциты вместе с кровью уходят в мышечную ткань — туда, где они совсем не нужны (фаза реализации все одно не наступит).

Этот процесс усиливается, если человек начнет испытывать любого рода волнение (сексуальное возбуждение, страх, агрессию), то есть когда организм переключится на фазу возбуждения и начнет действовать деструктор Ороборо.

Тогда кровь отливает от стенок кишечника, независимо от того, насколько этот кишечник забит фекалиями. А он обычно как раз и забит.

Получается, что армия частично покидает поле боя и «враг» начинает прорываться... Как Ты понимаешь, чем сильнее стрессовое воздействие, тем больше «солдат» перемищаются и тем больше оголяется граница, соответственно, тем мощнее прорыв.

Конечно, следующим шагом (когда стресс пройдет или утихнет) иммунная система постарается ликвидировать очаги прорыва. Но с каждым разом делать это все тяжелее и тяжелее...

Если учесть, что в результате инсулиновой диеты обменные процессы нарушаются и организм становится похож на склад для сахара, делается понятным, откуда берутся болезни.

Осложняется все тем, что вышеуказанная деструкция соответственно приводит к избыточным жировым отложениям. Сначала заполняются брюшные мешки, потом организм начинает делать запасы в любых пригодных для этого местах, любая неровность кожи превращается в мешок для жира, даже сердечная мышца со временем начинает обрывать им...

В конце концов происходит перегрузка организма женщины, достигшей среднего возраста, лишним жиром. В результате она имеет ослабленный мышечный каркас, увядающую кожу* и пониженный иммунитет.

Весь деструктивный комплекс сопровождается и более серьезными ускорителями старения, теми, которые вытекают из вышеуказанного блокирования.

Например, язва, гастрит и прочие проблемы с системой пищеварения возникают (эскулапы правы) от неправильного питания и от нервов, только медики не объясняют (поскольку сами плохо понимают), что это значит. Совет питаться как можно чаще, как Ты понимаешь, может облегчить, но не исправить положение. Еще врачи советуют меньше нервничать, напрочь забывая объяснить, как это сделать.

Причина желудочно-кишечных заболеваний вот в чем: **когда человек на нервах, а желудок и кишечник забиты не нужной организму полупереваренной массой, кровь отливает от органов пищеварения по вышеуказанной схеме — при сильной деструкции система пищеварения начинает разрушаться.**

Все остальные проблемы в этой зоне — с печенью, поджелудочной железой и т. д. — точно того же рода.

Если, к примеру, говорить о диабете, то в его основе лежит развитие эффекта Ороборо, помноженное на вышеописанный разрушительный процесс.

* Кожа в результате действия стрессора должна получать повышенное снабжение энергией (кровью), вышеуказанный же дисбаланс приводит к тому, что кровоснабжение кожи понижается за счет кишечного тракта. Возникающий дефицит питания и снабжения кислородом ускоряет процесс старения в коже (особенно лица). Ничего нет более странного, чем предложить голодному и задыхающемуся человеку в виде помощи некую чудесную мазь... То же происходит и с кожей — несколько раз в день (по количеству волнений) кожа задыхается и остается на пониженном питании, при этом ее верхний (мертвый) слой активно мажут жирами и маслами (прямо как бутерброд)... Совсем неудивительно, что ничего не помогает, а кожа как старела, так и стареет.

Блокировка сексуальной энергии

Молочница

Как мы с вами и договаривались, мы рассмотрим все основные деструктивные ускорители, которые подгоняют программу старения. По мере рассмотрения вы сможете понять, что все они построены на описанном мною в предыдущей главе «движке», который великолепно «разгоняется» посредством блока сексуальной энергии...

Начнем с самого «простого» деструктора — кандидоза, а в простонародье молочницы.

Жалобы по этому поводу:

...У меня молочница появлялась изредка, после сильного стресса. А сейчас вот зачастила что-то, хотя и стрессов было много... Выпила «Микосист» — раньше после него как рукой снимало, сейчас не помогло. Что делать??? Может, она у меня в хроническую превращается?

*...Мне в 12 лет поставили молочницу... **подхватила в детском бассейне***... Вот и пускай после этого детей плавать! Лечили-лечили кремом «Пимафуцин», вроде ок было все, а сейчас я понять не могу, что происходит: **выделения обильные, есть только при овуляции** и иногда так, иногда творожистые, и запаха имеется...*

Уже не один год постоянно возникает молочница. Чем только не лечилась!

*Теперь мой гинеколог говорит, что нужно обратиться к гастроэнтерологу, что **причина болезни в кишечнике**. Уже просто устала...*

*У меня сниженный иммунитет и **герпес** раньше периодически проявлялся, теперь молочница доканивает. Вот поэтому и **пребываю постоянно в состоянии стресса**, боюсь простуд, людей с простудой на губах и т.д. А все говорят: не нервничать! Ну откуда у меня столько проблем?*

*Эта напасть ко мне **пришла в 30 лет**. До этого не знала о ее существовании, по крайней мере не находили. Что было: зуд, жжение, выделения, все красное, просто жуть. Настроение*

* В бассейне подхватить кандидоз невозможно.

омерзительное постоянно, потому что неприятно даже ходить.

Омерзительное настроение, стресс, проблемы с кишечником, зависимость от менструального цикла — согласитесь, во всем этом есть нечто знакомое, об этом мы уже говорили...

Теперь приложим наши знания к конкретному заболеванию и в результате получим настоящие причины его возникновения, а не расплывчатые советы гинекологов из серии «это, наверно, кишечник»...

Первое, что нужно запомнить: вся симптоматика — это следствие. Само слово заболевание — **з а б о л ь е в а н и е** — говорит только о наличии боли...

Боль — это следствие, и болезнь — это тоже следствие, например, если случайно обжечься об утюг, резкая боль предупредит «нужно одернуть руку»...

Представьте, каково бы было, если бы человек так и замер около утюга, начал думать: «А чего это мне так больно и дискомфортно, а не выпить ли мне таблеточку?»

Конечно, когда дело касается горячего утюга, никто так не делает, но когда дело касается другой боли, источники которой находятся не снаружи, а внутри, то именно так поступают почти все... люди.

Дело в том, что наш дикий предок на пути превращения в человека «разумного» приобрел разум, но потерял способность чувствовать свой собственный организм.

Хорошо, что организм еще не потерял способности подавать нам сигналы.

Сигнал боли, исходящий с поверхности кожи, говорит, что опасность совсем рядом (горячий утюг, например). В дикой природе животное, почувствовав боль, причиной которой служит внешний фактор, мгновенно убегает... Вопрос: куда и от чего бежать нам? К сожалению, никуда убежать от этого мы не можем, поэтому поищем другие пути, а пока запомним — **боль предупреждает о наличии опасности.**

А о чем могут предупреждать девушку (женщину) белые творожистые выделения из влагалища, которые сопровождаются жжением и зудом (во влагалище, вокруг вульвы)?

Что хочет поведать своей «хозяйке» ее организм, когда занятие сексом наполняется болезненными ощущениями?

Так и хочется сказать: убери «руку», обожжешься!

Но человек в упор не понимает сигналов собственного тела и идет ко врачу. Врач обычно понимает только то, чему его самого учили, поэтому выписывает таблетки и начинает активно лечить симптом. Если девушке повезет и она случайно уберет «руку от утюга», то есть причина вдруг исчезнет, то и симптом пройдет. В противном случае таблетки снимут симптом и не затронут причину, то есть фактически это способ «заткнуть рот» организму. Причина при этом, естественно, будет развиваться и, скорее всего, усилится.

Мужу тоже моя молочница порядком поднадоела, ведь и он анализы сдавал. Ничего ему не выписывали, но мое мнение — лечить надо обоих параллельно, иначе смысла нет никакого! У меня два года назад на почве запущенной молочницы появились кондиломы! Я вообще тогда чуть от безысходности и страха не повесилась. Лечили прижиганием, потом восстанавливали микрофлору, иммунитет и т.д. Спустя некоторое непродолжительное время — опять выделения. Теперь волнуюсь, смогу ли я забеременеть после таких злоключений? Надо будет пойти сделать анализы, а там опять обнаружат грибок... Опять лечение. Замкнутый круг какой-то. А родить-то я смогу?

Парадокс: данная женщина, имея серьезный опыт борьбы с этой проблемой, многократно выслушав объяснения врачей, до сего момента не знает, как возникает ее заболевание.

Мужу как раз лечиться совсем не обязательно, по той простой причине, что возбудитель сей проблемы в норме живет в организме абсолютно каждого человека... Но обо всем по порядку.

Начну с того, что с дрожжевыми грибковыми инфекциями (молочницей) в разные периоды жизни сталкиваются 75% всех женщин. Причем у половины вагинальный кандидоз бывает по несколько раз, а у некоторых он вообще не проходит...

Цифра в 75% говорит о том, что этот блок так же распространен, как и фригидность. Сам по себе он, конечно, фри-

гидностью не является, но благодаря болевым ощущениям соответственно способствует отсутствию оргазма.

Симптом вагинального кандидоза вызывается условно-патогенными микроорганизмами — дрожжеподобными грибами рода *Candida*, которых насчитали аж более 180 видов. Они в несметных количествах живут во внешнем мире, в частности, они обитают на поверхности ягод, овощей и фруктов. В небольших количествах *Candida* обитают на коже и слизистых оболочках всех здоровых людей. Кроме этого, данные микроорганизмы являются обязательным компонентом микрофлоры нашего пищеварительного тракта.

В идеальной среде каждые 20 минут бактерия делится на две бактерии. В итоге через 10 часов ее потомство составит миллиард. А через 24 часа потомки только одной бактерии будут весить примерно 4000 тонн.

Микробы рода *Candida* не исключение, и они не размножаются с такой бешеной скоростью только по двум причинам.

Первая: нормальная микрофлора кишечника оказывает влияние на рост численности.

Вторая — это деятельность лейкоцитов.

В результате при нормальном развитии ситуации доля *Candida* в полимикробном «содружестве» ничтожно мала.

Но как только лейкоциты ослабляют контроль, *Candida* сразу начинает размножаться. Процесс идет в пищеварительном тракте, влагалище и даже может дойти до бронхов.

Если *Candida* захватили желудочно-кишечный тракт, то проявится это в виде следующих заболеваний — гастритов, энтеритов, колитов, если это органы дыхания, то бронхиты, пневмонии, плевропневмонии.

Поэтому если у женщины есть склонность к одному из перечисленных заболеваний, то следует как можно скорее принять соответствующие меры. Например, по «обычному» гастриту женщина может диагностировать у себя наличие деструктора Орборо и, скорее всего, наличие блока сексуальной энергии.

Каждое из вышеуказанных заболеваний — это подсказка о том, что действует ускоритель старения, который связан с рассмотренной нами выше схемой трехразового питания.

Как только во время фазы возбуждения лейкоциты вместе с кровотоком уходят из области наполненного кишечника в зону мышц, Candida мгновенно начинают свое размножение. В развитии этого процесса возникает кишечный кандидоз, его и заболеванием особо никто не считает... Симптомы расстройства следующие — газы, нарушения стула чаще в виде диареи, чувство дискомфорта (боль в животе).

Поскольку живот болел у всех и каждого, стоит ли придавать этому значение?

Конечно, стоит, ведь именно из области кишечника Candida попадают во влагалище, что приводит к развитию уже вагинального кандидоза.

Вагинальный кандидоз проявляется в виде зуда и жжения в области наружных половых органов и влагалища — это единственное типичное его проявление; белые, сливкообразные с присутствием творожистых комочков выделения из влагалища являются вторым часто встречающимся симптомом.

В норме Candida присутствует и во влагалище, но все те же лейкоциты и кислотная среда влагалища предотвращает рост дрожжевых грибов.

Соответственно, как только женщина переживает стресс, не связанный непосредственно с сексуальным возбуждением, кровоток перераспределяет лейкоциты из зоны влагалища в область скелетной мышечной ткани, и Candida получает возможность к размножению. Если подобная ситуация совпадает с изменением кислотной среды, которая меняется в течение менструального цикла (особенно в период менструации), то можно ожидать обострения процесса.

...Периодически возникает молочница и сама пропадает после месячных. У меня постоянный партнер, и часто после секса с ним возникают признаки молочницы.

Именно поэтому у многих женщин *Candida* активируются в период месячных. И у многих сразу после месячных кандидоз пропадает — происходит это только потому, что организм восстановил кислотность и справился с «атакой» (поэтому при кандидозе помогает кефир).

Вспышка молочницы может произойти и в период овуляции, поскольку именно в этот момент ткани влагалища насыщены гликогеном (форма хранения глюкозы), а это значит, что для *Candida* есть еда...

Итак, подведем промежуточный итог — механизм кандидоза достаточно прост.

Стрессор с уровня социума возбуждает физическое тело, кровь уходит в зоны больших мышц, зона кишечника и зона репродуктивных органов временно остается на голодном пайке. Учитывая перегруженность кишечника продуктами распада пищи, возникают идеальные условия для развития микробов *Candida*, а подстегивает процесс наличие гликогена и изменение кислотной среды влагалища.

Может показаться, что ничего страшного не происходит, особенно учитывая, что обычно организм все-таки справляется со вспышками роста данной микробной культуры.

На самом деле кандидоз не причисляется к серьезным заболеваниям и обычно достаточно легко проходит.

Именно эта «легкость» используется деструктором для блокирования сексуальной энергии женщины. А это наиболее важный аспект вышеуказанной проблемы.

... После секса прям огнем горит, хочу сделать анализ на микрофлору влагалища, чтоб целенаправленно потом лечить.

*Я вчера была у гинеколога. Она мне сказала, что у меня **нарушена микрофлора влагалища, там воспаление**. В общем, что это не молочница. Из-за этого **после секса у меня что-то типа жжения** или **почесывания**. Ну я и подумала, что это опять молочница появилась.*

Наличие обострения молочницы в период овуляции делает сексуальную близость не только малоприятной (зуд, жжение), но и в некоторых случаях практически невозможной.

О чем сигналил девушке организм?

Сомневаюсь, что кому-либо придет в голову заниматься сексом, имея творожистые выделения из влагалища. Конечно, все упрощается, когда есть возможность подмыться...

В диком мире самец учует неладное и ни за что не подойдет к больной самке, но не у людей. Женщине необходимо понимать, что таким образом организм включает программу отталкивания и ей не стоит вступать в сексуальные контакты вообще или с конкретным сексуальным партнером в частности.

С бывшим молодым человеком молочница была постоянно. Все время лечилась у врача. Когда начала встречаться со своим нынешнем мужем, о молочнице вообще не вспоминала, а тут что-то нахлынуло: повторялась уже три раза через каждые два месяца! Была у врача, сдала анализы, все в норме! Прошлые разы лечилась Гино-Дактарин и Гино-Тросюд. Врач сказала, что если опять появится через два месяца (то есть в июне), то принять, не помню как называется, по одной таблетке в рот мне и мужу.

Это яркий пример блокирования сексуальной энергии. История, рассказанная этой девушкой, говорит о наличии у нее неосознанного стрессора, то есть стресс есть, а причина его неизвестна. Обычно в такой ситуации человек находит ложные объяснения, при этом истинные причины находятся за верхним слоем сознания.

В данной ситуации симптом отталкивания «сработал» на постоянные изменения «бывшего молодого человека», когда она начала встречаться с новым партнером, пока он был ей верен, она «о молочнице вообще не вспоминала». Как только ситуация изменилась, отталкивание началось заново — **организм, с одной стороны, предупреждает девушку о неверности ее партнера, с другой стороны, отгоняет этого мужчину.**

Технически подобное отталкивание выполнить легко — организму достаточно снизить кровоток в области матки и изменить кислотность, а Candida присутствуют всегда...

Впрочем, не обязательно, что блок — это реакция на измену(ы) партнера. Такая реакция может наступить и при обратной ситуации, организм может воспротивиться нали-

чию нескольких партнеров у самой женщины. Или в период после (во время) беременности отгонять от кормящей матери собственного мужа (что распространено).

Про беременность мы уже говорили, когда обсуждали лишний вес. То, что молочница столь широко распространена среди беременных и кормящих женщин, говорит только о том, что они упорно игнорируют сигналы собственного тела и пытаются вести сексуальную жизнь тогда, когда организм активно этому сопротивляется.

Пора сделать выводы, их будет два, как и два типа настоящих причин для развития молочницы:

1. Стрессор Ороборо добрался до органов репродукции.

Область больших мышц периодически забирает энергию из области органов репродукции и когда все оставшееся время зона органов пищеварения так же забирает часть жизненной энергии на себя. Таким образом создаются условия для развития патогенных микроорганизмов, в частности вызывающих молочницу.

В этом случае сексуальное блокирование будет вторичным. Наличие молочницы этого типа говорит о наличии внешнего стрессового воздействия, не связанного с сексуальным возбуждением, но которое блокирует сексуальную энергию. Другими словами, стрессы могут быть связаны с проблемами с родителями, учебой, работой и т. д.

2. Наличие непосредственного блока сексуального возбуждения.

Это значит, что организм, чувствуя «сексуальный стресс», целенаправленно уводит энергию из зоны органов репродукции. Цель — блокирование спаривания. Энергия в этом случае уходит по обычной схеме (в область больших мышц). Может сопровождаться повышенной раздражительностью и вспышками агрессии.

Часто встречается как реакция на неосознанную измену партнера и как блок от собственных ненужных (с точки зрения репродукции) связей.

Чаще всего оба типа причин встречаются в смешанном варианте. Думаю, не надо говорить, что, как только женщи-

на убирает вышеуказанные причины, симптом кандидоза сразу исчезает сам по себе.

Основная сложность заключается в том, что деструктор нормальным образом контролирует своего носителя. Результатом такого контроля является в частности то, что многие женщины предпочитают закрывать глаза и не замечать того, что партнер изменяет...

В итоге кандидоз или переходит в хроническую форму, или замещается более сильным деструктором.

В любом случае, как только есть подозрение на наличие деструктора, осуществляющего сексуальное блокирование, нужно немедленно прекратить сексуальную жизнь. Следующие шаги описаны в трансединге.

Ревность

Раз речь зашла о изменах, то правильно будет вначале сказать о ревности. Это еще один деструктивный ускоритель, непосредственно связанный с проблемой выбора.

Ревность — это «хромая» сестра измены, хромая потому, что измены или вообще нет, или о ней ничего не известно. Ревность — мучительное предположение о возможной измене партнера, которое зачастую заканчивается мощной эмоциональной разборкой...

Молочница (о которой мы только что говорили) своим появлением расскажет девушке, что с ее сексуальной жизнью не все в порядке. То, что девушки впервые знакомятся с этой неприятностью на начальной стадии сексуальной жизни, говорит об изначальном наличии блока сексуальной энергии.

Ревность — это программа поведения, с которой люди также знакомятся на раннем периоде сексуальных отношений, впрочем, самые тяжелые ее формы встречаются в среднем возрасте. Ревность сотрудничает с любым из других деструкторов (ускоряют друг друга), о которых мы еще будем говорить. В частности, следствием ревности может быть и молочница.

Поскольку во время загрузки программы ревнующий (ая) переживает фазу возбуждения, которое блокирует

сексуальное возбуждение, соответственно энергия уходит из области влагалища и кишечника в область больших мышц (дальнейшее развитие по вышеуказанной схеме размножения Candida).

Стоит заметить, что на физическом уровне «движком» этого деструктора является все тот же эффект Ороборо — адреналин, сахар в кровь, отсутствие реализации и инсулиновая чистка.

Поскольку мы уже знаем, как это работает, мы не будем смотреть на физическое тело, гораздо интереснее то, что при этом происходит на двух других уровнях.

Начнем с того, что почитаем непосредственные свидетельства девушек и женщин:

...Непонятно, когда идем гулять — все нормально, общаемся в основном с его друзьями, ничего лишнего я себе не позволяю, его друзей знаю дольше, чем его самого. И когда приходим домой, вдруг скандал на пустом месте. Крики, визги, ор на весь дом. А с утра как ни в чем не бывало: «Доброе утро котик».

...У моего мужа случай клинический: я зашла на бывшую работу на полчаса. Муж за это время ни разу не позвонил, не поинтересовался, что я там делаю, скоро ли выйду и т.д., а когда я вышла, начал орать, что я только что переспала с бывшим коллегой. Я на бывшую работу хожу не языком почесать — я там подрабатываю. Он сидит в машине, меня ждет и бесится. И почему-то думает, что в этом офисе работают только высокие мускулистые олигархи не старше 25 лет и я хожу к ним. Хотя это госорганизация, полная теток и дядек на пенсии...

...Мой постоянно меня изводит разговорами на тему «Ты мне изменяешь», добро бы я повод давала...

У меня ситуация такая: я встречаюсь с парнем, вместе с которым и учусь, но в одной группе с нами учится его бывшая девушка. Мы встречаемся уже почти год, но я безумно к ней ревную, хотя он говорит, что он к ней относится так же, как

и к остальным одноклассникам. А она его любит и просит вернуться. Я не могу с собой ничего поделать, когда вижу как они разговаривают, у меня внутри все кипит... и потом я устраиваю скандал... Сама понимаю, что это глупо, раз он со мной, значит, мне нечего бояться... Хотел — был бы с ней!

Это просто ужасно! Ревность, как торнадо, сносит все на моем пути! Причем чаще всего я все выдумываю. Просто возмущу и прицеплюсь к какой-нибудь случайно оброненной фразе, и понеслось... Но еще хуже то, что он стал брать с меня пример! Так плохо, так грустно, и вроде пытаюсь бороться, но постоянно срываюсь и закатываю скандал на пустом месте! Помогите! Есть ли радикальное средство от ревности?

Конечно есть, но как только ревнующий перестает испытывать это чувство, вместе с ним теряется и интерес к партнеру. Не зря многие женщины специально вызывают ревность в мужчинах: хорошо известно, что этот прием один из лучших способов пробудить в мужчине чувства...

Но женщины не исключение, они так же легко поддаются на этот прием, как и мужчины (впрочем, мужчины не умеют этим пользоваться).

Широко распространенное выражение «ревнует — значит, любит» всегда оправдывает себя. Подумай сама, разве влюбленный может остаться равнодушным в тот момент, когда его любимый человек пожирает глазами другую или другого?

Ответ однозначен: если спокойствие не напускное, то любви нет. Дело в том, что наша социальная программа подразумевает конкуренцию. Но это не все, наша физиология делает конкуренцию обязательной частью программы размножения...

Ключ к этому процессу находится в руках женщины. Напомню, что на физическом уровне в период овуляции тело женщины источает особо привлекательный для мужчин запах, гормоны влияют на голос и внешний вид. Если женщина здорова, то в эти дни она имеет особенно привлекательный вид, а ее ощущения призывают ее к безудержному флирту с мужчинами.

Если рядом с мужчиной появляется такая женщина, то он неосознанноотреагирует на нее, так же неосознанноотреагирует и его подруга. Женщины еще быстрее мужчин чувствуют, что к чему, и мгновенно проникаются самой искренней неприязнью к сопернице.

...Я ревную своего мужа к партнерше по фигурному катанию. Говорю себе, что это просто работа, что ничего такого в этом нет, и вроде как успокаиваюсь, но иногда как накатит, просто не знаю что с собой делать.

В данном случае постоянное наличие физического контакта с другой предопределяет отношение, и это естественно, как естественны и обострения, связанные с вышеуказанным механизмом.

Конечно, самой женщине настоящие причины внезапного прилива неприязни непонятны, просто **она начинает испытывать нарастающее раздражение и беспокойство, которое уровень разума трактует как ревность.**

При этом сила ревности напрямую зависит от способности женщины вообще возбуждаться. Чем выше эта способность, тем сильнее вспышки этого чувства и тем ярче оно проявляется.

Такая ревность более свойственна молодым девушкам (парням) с повышенным гормональным уровнем и высокой чувствительностью — это почти естественное чувство.

У девушек, ревнующих по этому варианту, усилителем служат особые отношения с матерью...

Поясню: если первый телесный контакт мальчика — это женщина, его мать, то и первый телесный контакт девочки — это тоже женщина (мать).

Два самых распространенных случая возникновения особых отношений между матерью и дочерью:

1. Когда мать телесно полностью холодна к дочери и у дочери на протяжении детского возраста закрепляется детский запрос на материнскую ласку;

2. Когда мать телесно наказывает дочь, зачастую используя широко распространенные ругательства сексуального характера (шлюха, б... ь и т.д.).

В первом случае мотивацией будет состояние недоласканности; во втором — **привычка получать сильные телесные (хоть и болевые) ощущения со стороны женщины**. Кроме этого, будет срабатывать неосознанное стремление получить привычное с детства унижение (со стороны женщины).

Нормальным образом, если есть мотив пункта два, то, скорее всего, есть и мотив пункта один. В таком случае запрос на ласку со стороны женщины (изначально матери) будет дополнен привычкой получать от женщин сильные ощущения, связанные с физической болью и сексуальным унижением.

Общим фоном для вышесказанного будет неприязнь (ненависть) к женщине, претендующей на эту роль. Детская привычка в этом случае будет заставлять подростковую девушку искать объект с подходящими характеристиками. Именно наличие вышеуказанного запроса заставляет девушек провоцировать своих партнеров на проявление интереса на стороне...

Такая мотивация, находясь на глубоких уровнях уровня сознания и прикрытая для маскировки соответствующим блоком, будет осуществлять перенос, который выразится в подталкивании мужчины к желанным отношениям.

Кстати, это один из самых распространенных вариантов, по которому ревнуют молодые девушки.

Ревнуя по этому варианту, девушка постоянно выискивает сексуальные объекты своего пола и зачастую раньше мужчины определяет их.

...Как избавиться от ужасной ревности? Я ревную своего молодого человека ко всему. Даже к картинкам, к изображениям голых девиц, даже просто смотрит куда-нибудь, а там девки — я устраиваю истерику. Он уже боится куда-то посмотреть. Я понимаю, что это безумство, но ничего не могу с этим поделать. Даже ревную своих подруг к кому-нибудь.

...Он смотрит в сторону официанта, и его взгляд скользит по обнаженным ногам красотки, сидящей за соседним столиком. Все! Я готова! Готова кидаться ножами, вилками и

осьминогами. Логикой понимаешь, что он оглянулся позвать официанта и не его вина, что в той же стороне сидит красotka. Еще я сама себя подстраховываю — специально высаживаю его в ресторанах попой к людям...

...Приходит на полчаса позже с работы — а я уже в красках представляю, как он мне изменяет или флиртует с девушками.

...Сама затащила своего молодого человека на стриптиз, а потом сама же ему устроила тридцать два скандала за то, что он аж раза два посмотрел в ту сторону!

Как видишь, девушки готовы на многое: от ревности собственных подруг до безудержных фантазий на тему красочных измен и даже к инициации походов в стриптиз, соответственно с последующим скандалом.

Здесь присутствует и трансформированное сексуальное возбуждение со стороны женщины — *«взгляд скользит по обнаженным ногам красотки, сидящей за соседним столиком. Все! Я готова!»*, — и чувство унижения, связанное с сексуальной мотивацией, — *«в красках представляю, как он мне изменяет или флиртует с девушками»*, — и боль, и ненависть к «сопернице» — сильные ощущения, которые мозг девушки трактует как чувство ревности...

Могу утешить, практика показывает, что, как только эти девушки сами становятся матерями, этот тип ревности или проходит, или меняется на другой.

Ревность имеет под собой и другую основу. Ведь все без исключения женщины и мужчины способны чувствовать ревность, только происходит это чувство по-разному.

Наличие блоков сексуальной энергии создает в человеке ощущение собственной сексуальной неполноценности, и тогда ревность может возникать при появлении любого более активного конкурента.

Такая ревность чревата тем, что девушка думает, будто хочет удержать партнера, а на самом деле она подталкивает его на сексуальную связь с другой.

Женщины и мужчины, ревнующие по этой схеме, постоянно провоцируют партнера на измену. Схема скандала в этом случае будет такой: партнер вынужден отдуваться за то, что еще не сделал.

*...Время уже близится к отходу на работу. Его нет. Звоню. Говорит, что скоро будет. А потом **приезжает и орет, что я собиралась на свидание. И чтоб я больше на работу не ходила, что я там половину женатых мужиков хламидиозом заразила и они теперь мне морду набьют. Как я не набила ему морду, не знаю... Я пригрозила, что, если еще такое услышу – сразу же разведусь.... Спать с этой мразиной я больше не смогу.***

Сегодня он заорал, что я шлюха, из пяти минут, что меня не было, я устроила групповуху с тремя охранниками. Теперь, конечно, развод...

У независимого наблюдателя может сложиться впечатление, что из происходящего просто вырезан отрезок измены, остальное все сходится.

Чтобы привести систему в состояние равновесия, к которому она, кстати, стремится, партнер рано или поздно услышит эту настоятельную просьбу и реально изменит.

Такой тип ревности соответствует среднему возрасту и говорит о наличии снижения потенции у мужчины или серьезных проблем с репродукционной системой у женщины.

В стандартном варианте способность ревновать с годами убывает прямо пропорционально перераспределению или угасанию сексуальной энергии. Нетрудно понять, что если мужчина перестает сексуально интересоваться женщину, то и ревности никакой не будет. **У тех, кто привык по молодости ревновать, с годами может прийти на смену чувство апатии и депрессии.**

Может показаться, что тот и другой тип ревности подстегивают сексуальную активность, поскольку провоцируют искать секс на стороне. На самом деле это не так: **ревность – это чувство, в основе которого лежит замена сексуального возбуждения на возбуждение страхом и аг-**

рессией. То есть организм чувствует все то же самое — адреналин и т. д., только кровь отливает из области влагалища.

Поэтому ревнующим (особенно по первому типу) дам такой простой совет — переключитесь назад на сексуальное возбуждение и используйте свои фантазии во время сексуальной игры...

Кстати, напряжение может снять простой поход к массажистке, важно, чтобы это была именно женщина.

Кроме того, что область репродукции остается без питания и кислорода, приступы ревности наносят вред еще и тем, что ревнующий сам себя сексуально дисквалифицирует. Он (а) фактически отдает первенство на сторону, то есть находится в состоянии добровольно проигравшего, а это тяжело сказывается на психике и ускоряет прочие деструкторы.

Кроме этого, девушка ставит себя в невыгодные условия крайней зависимости от партнера, обычный телефон в таком случае может превратиться в орудие управления — партнеру достаточно «забыть» позвонить, и она уже сходит с ума...

Соответственно, партнер в этом случае будет постепенно терять интерес, и взаимоотношения могут прийти к состоянию буквального «вытирания ног». **Деструкция в паре будет нарастать и из-за того, что ревность в своей основе является программой кастрационного типа.** В ее основе лежит запрет на проявление общей сексуальности, а мы так устроены (и мужчины и женщины), что или сексуальны, то есть привлекательны для противоположного пола, или нет.

Партнер женщины не может быть привлекательным для нее и непривлекательным для остальных. Таким образом, в стабильной паре с помощью этой программы блокируется общая сексуальная энергия.

Автоматически организм мужчины, мотивированного на семейные отношения с ревливой женщиной (девушкой), начнет понижать его сексуальную активность. Избегая стресса, связанного со сценарием скандальной жизни, организм сам будет блокировать сексуальную энергию мужчины.

Фактически получается так, что собственная жена его кастрирует.

Но это не все — Ороборо догонит свой хвост. Мужчина это почувствует, но сознательно не поймет, просто супруга начнет вызывать ощущение раздражения. Сексуальная жизнь в паре в таком случае будет затухать. И сексуальные блоки женщины получают новое ускорение. Таким образом, круг замыкается, и найти выход самостоятельно становится совершенно невозможным.

Ситуация в развитии усугубляется тем, что рано или поздно мужчина почувствует, что другие женщины его по-прежнему возбуждают, соответственно жди измен.

P.S. Ревность, как, впрочем, и другие программы, явление наследственной передачи, поэтому абсолютно исключено, что у неровнивых родителей подростки ребенок будет склонен к этой зависимости.

Измена

За измену Родине раньше расстреливали, за измену мужу (еще не так давно) на Востоке забивали камнями...

В нашем социуме совершенно несправедливо (по умолчанию) считается, что для мужчины изменять более естественно, чем для женщины.

Такое положение вещей говорит только о наличии социальной программы, которая изначально ограничивает женскую сексуальность. Начальное, социальное блокирование исходит, соответственно, со стороны мужского пола.

На настоящий момент времени социум снижает свои требования, в результате этого женщины изменяют в разные периоды своей жизни ничуть не меньше мужчин.

Чтобы не путаться, изменой будем считать только секс на стороне (в стабильной паре) при условии полной неинформированности об этом партнера. Если партнер предварительно поставлен в известность, то такой секс изменой не считается.

Также не считается изменой начальная высокая сексуальная активность, протекающая в ранний период сексуальной жизни, когда смена партнеров выглядит достаточно естественно.

Измена — это самый серьезный деструктор, последствия которого вызывают наибольшие разрушения на физическом уровне и у женщин, и у мужчин. При этом последствия, которые ждут женщину, гораздо серьезнее. Все последующие деструкторы, которые мы будем рассматривать (включая цистит и недержание), являются прямым или косвенным следствием измен.

Хочу заметить, что **в сексе самом по себе нет ничего такого особенного, но деструктор использует сексуальное влечение и «несанкционированный» секс как метку для срабатывания особо сильной программы.** Ее файлы наполнены страхом, болью и агрессией, которая передается из поколения в поколение и является крайне разрушительной для своего носителя.

Если Ты стоишь перед таким выбором, то лучше всего рассказать об этом партнеру, если Ты уже изменила ему, то лучше всего или рассказать об этом, или прервать с ним отношения. Дальше Ты поймешь, почему Я так говорю.



Внимание: если партнер изменил Тебе, то снизить деструктивное воздействие Ты можешь с помощью техники **Разрешения** и обязательного сжигания каждого деструктивного выброса глюкозы (как это делать, Я поясню в описании техник трансединга).

Кстати, сложно винить и мужчин и женщин в том, что они изменяют, поскольку нужно учитывать абсолютно нулевое сексуальное и межличностное воспитание. Раньше социум хотя бы заботился о наличии хороших манер, то есть основные правила поведения преподавались в определенных, узких слоях общества. Теперь даже элементарное,

как вести себя с противоположным полом, и мужчины и женщины или понимают интуитивно или узнают из сериалов и кинофильмов...

Совершенно неудивительно, что и те и другие склонны действовать неосознанно, совершенно не отдавая себе отчета в своих действиях.

Итак, измена — один из основных ускорителей старения.

Спросим о ней самих женщин:

*У меня история с изменами. Любимый человек хоть и любимый, но кризисы случались. **Раза три на моей памяти за три года. Он был не виноват, просто начинал раздражать, вот и все...** И каждый раз я начинала усердно заниматься собой, смирялась... и балансировала на тонкой грани между верностью и изменой. Отчаянный флирт, отчаянные фантазии... но ни одного поцелуя или объятия. Ни одной вольности. Это так и осталось в моей фантазии. Я рада, что не изменяла, хотя кризисы были серьезные. Теперь, пережив все, счастлива. Надолго ли, не знаю.*

*А однажды любимый **рассказал, как увидел, что его девушка «бывшая давно» занималась сексом с другим. Говорит, прямо «слезы градом полились».***

Я не хотела бы, чтобы любимое лицо омрачали слезы... Так что, по-любому, изменять бы не стала. Лучшие бы расстались;

Встречалась с молодым человеком три года. Первый год — как в сказке! Любовь-морковь, только ты, только я, никто не нужен и т. п. Он бегал за мной по пятам, дарил подарки, делал сюрпризы — короче, исполнял все мои желания! А потом... Через год расстался со мной и ушел к другой! Я была просто в шоке! Переживала дико просто!

Через 3 недели он приполз ко мне. Простила. Естественно, история повторилась через какое-то время (полгода — месяцев

восемь) и опять с той же девушкой! Я просто не знала, что и думать! Злилась на него безумно, но и без него не могла.

Через 1,5 месяца он снова приполз. Прощение вымолить было сложно, но он его добился. Думала, что так сильно его любила (теперь уже и не уверена). В итоге он порвал все контакты с той девушкой (это на 100%) и жил только мной, а мне... стало по фигу! **Возникло такое ощущение, что он уходит от меня, потому что со мной что-то не так! Я не красива, не сексуальна, не интересна и т.п.** Ну что ж? Пошла искать доказательств, что это не так, на стороне! И вдруг поняла, что **там-то, на стороне то есть, все очень даже хорошо! Даже лучше, чем с моим молодым человеком, без которого я якобы не могу и все такое...**

У меня такая ситуация... как потом с этим жить? **Забывать почему-то не получается, хотя честно пытаюсь...** уже нет того доверия в отношениях, **появляется какая-то напряженность и подозрительность...** Особенно больно, когда любимый делает это в то время, **когда ты в положении, а его новая пассия является к тебе домой!** И думаешь, чем же я так Бога прогневила?! и за что мне это? **Потом прощаешь его, а через месяц повторяется то же самое, случайно заглянув в его мобильный, находишь СМС, адресованные другой, такие же точь-в-точь, что получила от него сама (что хочет, что прекрасную ночь провел и т.д.)...** И что, простить его? И как жить с этим?

...Сегодня пришла домой в двенадцать ночи, не закрыла глаза до шести утра. Сердце сжимается, я поняла, что сегодня ночью он с ней. Не знаю, может быть, у меня фантазия разыгралась, но я как будто видела, как они лежат вместе в постели.

Я ее ни в коем случае не виню. Просто истерика закончилась и началась вторая стадия – тяжелая депрессия.

...Я пережила две измены мужа, сейчас переживаю третью. Лично я для себя решила, что это будет последней. Это

очень больно, просыпаешься утром и думаешь: «Это происходит не со мной, это просто сон». Встаешь с кровати и понимаешь, что все по-настоящему... Не буду рассказывать, как я прожила этот месяц, самое обидное в том, что за все 10 лет я ни разу не изменила, теперь думаю, что зря.

...Измена – это очень тяжело. Даже не осознание физической измены, а измены моральной, того, что вас предали, наплевали в душу... И может, кто-то меня осудит, но я считаю, что измену прощать нельзя... Вернее, можно, но не нужно.

Лично я столкнулась с этим, когда прожила с человеком почти пять лет. Я даже в страшном сне себе не могла представить, что когда-то это произойдет со мной. Что я – красивая, гордая и независимая, буду готова на все, лишь бы он вернулся, остался со мной. И он возвращался не раз, и я прощала, засыпая, чувствовала холод, который исходит от него, глядя в его глаза, так и не находила таких желанных огоньков...

...Я увидел на ноутбуке своей девушки фотку, где она обнаженная с обнаженным турком в номере отеля, куда она ездила прошлым летом отдыхать с подругой, не сплю уже третьи сутки!!!!!!!! И это после семи лет отношений!!!!!!!! Я давал ей все, что было в моих силах!!! Как же я был слеп и наивен!!!!!!!!

...У меня сейчас какой то период жесткий, по поводу здоровья. Постоянно тошнит, извините за выражение, мягкий стул. Говорят, что на нервной почве, беременность исключена. Вчера еще звонила жена его отца и сказала, что та тетенька к нему еще несколько раз приезжала на такси и оставалась на ночь. Так меня вырвало тут же. А что ж он тогда мне мозги-то парит? Козлина. Нет чтоб дать мне ключи и бабки за кредит как можно быстрее, чтоб с глаз долой, из сердца вон. Сейчас он якобы в командировке, должен сегодня завтра объявиться. Когда ж это пройдет, а то себя уважать перестала уже?!

У меня рушится вся жизнь. Три недели назад узнала, что у мужа любовница. Я прижала, он сам и рассказал, на следующий день позвонил мне на работу и сказал, что у них все кончено. А вчера он каким-то образом не выключил свою страницу в Интернете и я прочитала всю их переписку. Они до сих пор вместе. Представляете, прочитать все эти ахи-вздохи практически за целый месяц! Сегодня он опять сказал, что уже точно с ней порвал, но со мной ему тоже жить тяжело. Видите ли, я его контролирую. А я за эти дни похудела на 5 кг, практически ничего не ем, мало сплю, внутри болит все. Что делать? Я не могу доверять ему, но и не представляю, как жить без него.

...Сквозь слезы ничего не вижу. Я не верю, что там все закончилось. Должен быть дома, а его нет. У меня в голове все время прокручиваются фразы из их переписки. Просто я расслабилась, почему-то казалось, что мы будем всегда счастливы.

«За эти дни похудела на 5 кг, практически ничего не ем, мало сплю, внутри болит все» — прошу обратить внимание на эти слова, они являются показательными, еще может подняться температура, появиться тошнота, головокружение — таким образом физическое тело женщины реагирует на фазу возбуждения, которая связана с информацией о измене партнера.

Фаза возбуждения вызвана сильнейшим страхом, близким по силе к страху смерти, не случайно говорят: «Это так больно, что жить не хочется».

Самое страшное, что это циклическое состояние, которое не проходит днями, неделями (месяцами) и готово вернуться при каждом удобном случае.

Разрушительное действие этого ускорителя обусловлено тем, что активная фаза возбуждения не реализуется и не проходит, человек зависает в этом состоянии на продолжительное время. Организм в это время буквально пожирает себя изнутри (похудела на 5 кг).

Поскольку причина всегда в наличии сексуального блокирования, то основной удар приходится по органам системы репродукции.

Это именно тот случай, когда ооциты в яичниках женщины гибнут массово, и таймер, отсчитывающий время женщины, начинает «бешено крутиться». Поскольку действие стрессора не проходит в течение первых двадцати минут (*пришла домой в двенадцать ночи, не закрыла глаза до шести утра*), а может длиться на протяжении достаточного долгого времени, то область органов репродукции длительное время остается на сокращенном в несколько раз кровоснабжении.

Это значит, что яичники женщины остаются часами без питательных веществ и без вентиляции кислородом. А еще в несколько раз ослабляется иммунная защита, которую осуществляют лейкоциты...

Возникшая длительная деструкция — это серьезный повод для гибели несозревших яйцеклеток, но и мощнейший удар по всей системе репродукции. Это не все, кроме репродукционной системы, под продолжительное деструктивное воздействие попадает и вся система пищеварения, включая печень и поджелудочную железу.

Сердце и легкие страдают меньше, но и эти системы работают в усиленном режиме длительное время, а это чревато, особенно для нетренированного организма. Это то же самое, что взять и ни с того ни с сего устроить себе много-часовой марафонский забег. Можешь себе представить уровень нагрузки на организм?

Даже один раз пережив такой опыт, организм запоминает свои ощущения, в результате чего **возникает блокирование сексуальной энергии, впоследствии распространяющееся на всех мужчин.** Как следствие, могут быть проблемы с начальным возбуждением и оргазмом.

Если мужчина попадает в ситуацию, когда ему изменяет его девушка (женщина), то это проявляется резким понижением потенции...

Бытует мнение, что женщины и мужчины реагируют на измену по-разному. Это не так, и те и другие переживают

сильнейшие болевые ощущения, с той разницей, что мужчины менее готовы распространяться об этом.

В общих чертах мы разобрали, что происходит с организмом человека, когда он узнает об измене. Теперь поговорим о том, что происходит с организмом, когда измена есть, но о ней ничего не известно.

Кстати, по этим факторам можно определять, верен или не верен женщине ее партнер.

Я уже говорил, что за следствием всегда имеется причина и что симптом — это способ, которым организм сообщает нам о наличии разрушающего фактора. Дело в том, что **организм женщины, оказывается, реагирует на измену партнера в любом случае, независимо от того, знает она о случившемся или нет.**

Самая простая реакция — это внезапная головная боль (связанная с резким изменением давления крови) или чувство раздражения, вызванное присутствием партнера. Появление этих симптомов говорит о том, что организм деструктивно отреагировал фазой возбуждения, которая соответствует появлению опасности.

*У меня история с изменами. Любимый человек хоть и любимый, но кризисы случались. **Раза три на моей памяти за три года. Он был не виноват, просто начинал раздражать, вот и все...** И каждый раз я начинала усердно заниматься собой, смирялась... и балансировала на тонкой грани к измене...*

«... **Просто начинал раздражать**» — на осознанном уровне у этой девушки нет информации, и она не понимает, что происходит, откуда берется ее раздражение, и... приписывает все себе. Она не понимает, почему это ее ни с того ни с сего тянет изменить...

«... *Кризисы случались. **Раза три на моей памяти за три года. Он был не виноват...***» — это значит, строго раз в год, в общем, не часто, и каждый раз у нее возникало раздражение и желание изменить партнеру — согласись, есть над чем задуматься.

...Ох! Как я согласен! Как я сожалею, что разбил то, что склеить нельзя! Восемь лет назад я познакомился со своей нынешней

женой. К слову, она, как и я, была девственницей. Наши отношения были идеальны, я старался делать так, чтобы она чувствовала себя королевой. Она любила меня, как кошка, плевала на всех и вся, чтобы только побыть со мной часок-другой. Мы были очень близки, к тому же она обладает сильной врожденной женской интуицией, так что видела меня насквозь. **Она терпела все мои выходки, а я — дурак! — трепал ей нервы, хотя мог бы купаться в любви.** Она дарила мне всю себя. Когда мы занимались любовью и она была близка к высшей точке, она как в бреду повторяла: «Я твоя, вся!» Меня это конкретно заводило. **Потом я привык к ее любви. Мне стало удобно.**

Через пять лет, когда мы закончили университет и я устроился на работу, я поехал в командировку и там трахнул одну бабенку, ну так, чисто из спортивного интереса, потому что у меня, кроме моей любимой, никого больше не было. Когда я вернулся, она в слезах встретила меня на вокзале, кинулась мне на шею, целовала горячими от слез губами... **Вспоминать больно...**

Ну, в общем, она все поняла! Сразу. Прямо на перроне. Там же.

С тех пор все у нас пошло наперекосяк, без видимой причины. **О том, что я ей изменил, она знать не могла. Но она поняла.** Через год она решила, что нам нужно расстаться. Я был в шоке. Как?! Моя родная, моя единственная, верная мне навсегда хочет со мной расстаться?! Мой самый страшный сон был фигой по сравнению с этим. **Она стала такой холодной и чужой...**

Я очень страдал. Но в конце концов сумел ее уговорить меня не бросать, и у нас возобновилось некое подобие былых отношений. Потом она забеременела, и я на ней женился. **Но любовь как ушла, так большие и не возвращалась...** У нас прекрасный сыночек, но мы сейчас не живем вместе.

Мне все говорят, что я завидный мужик (ну, типа, не урод, работа хорошая, бабки есть), но я **чувствую себя никому не нужным дерьмом.**

Меня никто так не будет любить, как она.

О женской интуиции всем хорошо известно, а иногда и интуиции не нужно, достаточно просто посмотреть в гла-

за, и все сразу понятно. Большинство мужчин, изменяя (по крайней мере на начальной стадии существования пары), испытывают сильнейшее чувство вины. Отсюда виноватые глаза и норковые шубы в виде компенсации...

Ощущение вины и нежелание самому оказаться на этом месте (из опросов видно, что подавляющее большинство мужчин предпочитают, чтобы их застукали, чем обнаружить измену жены) говорит о том, что они (пусть неосознанно) представляют болевой уровень, который вызывает информация об измене.

Помнишь, мы говорили, что боль при касании утюга заставляет нас отдернуть руку, то есть служит предупреждением о наличии опасности.



Внимание: правило простое — если есть боль, то всегда есть и опасность.

...У меня вроде и не больно, а дискомфорт во время секса чувствую. Парень постоянный. До него была девочкой. Раньше все хорошо было, а последние пару месяцев... Вроде жжет, что ли... Жизнь не в радость! Терпимо, но не долго. В чем, думаете, может быть причина?

У меня там больно во время секса, оказалось, уреоплазма, но прошло при этом месяца два-три после лишения девственности и при единственном партнере... не понимаю... как так?

В последний месяц очень больно как-то, аж неприятно при входе и во время секса. Даже когда возбуждаюсь сильно! Была у врача, анализы все в порядке. Только сбои цикла в последнее время. Назначил оральные контрацептивы со следующей недели.

Половой жизнью живу пять лет, до этого ни разу не было такого, раньше было много смазки. Вопрос: может, это на нервной почве? Какие могут быть причины? Уреоплазма —

исключается, все анализы, УЗИ и т.д. прошла (только киста эндоцервикса – это на шейке, болей быть не должно, как я узнала).

Боль не в одном боку, а в обоих. Аж вырываться приходится. У меня постоянный и единственный молодой человек. Вроде бы и в больницу сходить надо, а придешь, так тебе столько наговорят, всяких ужасов, навсегда о сексе забудешь!

...Отсутствовала неделю, приехала, ну соответственно мы с моим молодым человеком занялись любовью, как только он попытался войти, у меня внутри все заболело, такое ощущение, что ежики там... я была сильно возбуждена, поэтому боль была только поначалу, а потом более менее... Но вчера вообще было ужасно, боль была ужасная! Но при этом все нормально, чувствую себя хорошо, ничего нигде не болит, выделений нет. Что это? Времени пока нет к врачу идти.

Девушка не зря начинает свою историю со своего отсутствия, информация о том, что ее молодой человек был с другой, уже получена ею, но на осознанном уровне этой информации нет, и в этом вся проблема – именно по такой причине ее тело сопротивляется. С помощью боли сексуальная энергия блокируется, но она преодолевает этот блок, и организм во второй раз усиливает болевое воздействие – *«боль была только поначалу, а потом более менее... Но вчера вообще было ужасно, боль была ужасная! Но при этом все нормально, чувствую себя хорошо, ничего нигде не болит, выделений нет. Что это? »*

А вот другая реакция организма на измену и на возможное заражение:

Моя проблема развилась до невероятных масштабов – у меня, не гулящей до этого девушки, до мужа знавшей только одного мужчину, нашли, кроме трихомонад, еще уреоплазму и хламидиоз хронический. Так что ребенок, которого я хотела завести, теперь отодвинулся от меня далеко. Врачи меня поражают, о том, что у меня не только трихомонады, я узнала от мужа, когда он получил результаты анализов, у него нашли уреоплазму и хламидии. И когда пришла к врачу с вопросами,

то он мне оставил тот же курс лечения от трихомонад, хотя анализ на хламидии положительный (я уже лечусь), а вот об остальных инфекциях ничего толком не сказал, а смотрел на меня как на шлюху. Мне безумно стыдно и страшно: вдруг у меня никогда не будет детей.

Я ведь не гуляла налево и мужу не изменяла. Что мне теперь делать, ума не приложу, хочется быстрее выздороветь и лечиться от всего сразу.

У меня был выкидыш год назад, я замужем три года, и после замужества у меня были проблемы: мучили циститы, непонятные выделения, и вы не подумайте, я ходила к врачам все это время, но ничего толкового это мне не приносило, прописывали они мне витамины, и только сейчас я узнала правду. Мне даже сны кошмарные уже сниться начинают. И поделиться мне не с кем, очень стыдно узнать о том, что у меня целый букет.

Как видите, репродукционная система этой молодой женщины отравлена настолько, что она не только имеет целый букет заболеваний, но организм отказывается вынашивать ребенка — это очень серьезно. Если венерическое заболевание при одном постоянном партнере не говорит женщине, что она заразилась от собственного мужа, то значит, ее сознание почти полностью заблокировано для этой информации.

Проблема в том, что стресс при этом ни куда не девается, он как разрушал, так и разрушает ее тело...

Вывод будет такой: **даже при условии скрытых изменений партнера стрессоры оказывают свое разрушительное влияние на организм женщины, и она будет чувствовать вспышки раздражения, боли, снижение сексуальной возбудимости и чувствительности; наличие скрытого деструктора приведет к обострению заболеваний репродуктивной системы, что само по себе усилит блокированные сексуальной энергии.**

Ты, наверно, удивишься, что зачастую настоящей причиной бурных скандалов на ровном месте является не решение насущного вопроса, кому выносить мусор или мыть

посуду, а выход деструктора, скрывающего измену одного из партнеров, наружу.

Женщина в этом случае или отыгрывается за не осознанную ею измену мужа, или прикрывает собственную... Впрочем, могут быть варианты.

Независимо от причин, наличие блока сексуальной энергии приводит к нарушению структуры отношений в паре, через некоторое время эффект Ороборо настолько все запутывает, что совершенно невозможно разобрать, что первично, яйцо или курица.

Совершенно невозможно понять, что первично — муж втихую изменяет, а его жена поэтому испытывает болезненное раздражение и, не осознавая, в отместку пьет из него кровь, или муж поэтому и стал изменять, что ему создали все условия, то есть срывали на нем раздражение...

Подобная круговая ситуация говорит о наличии в паре общей программы, в результате действия которой измена должна случиться обязательно.

Пару в этом случае можно сравнить со змеей, которая постоянно кусает свой хвост. Супруги, находясь под действием деструктивных блоков, которые ими осознанно не воспринимаются, испытывают сильнейшие негативные эмоции.

В обостренном варианте ссоры и стычки происходят ежедневно, любой пустяк может послужить поводом для проявления обоюдной ненависти.

В такой паре абсолютно не важно, кто кому изменяет, поскольку пара (змея) уже не просто кусает хвост, она его пожирает.

Ситуация обычно усугубляется программой алкоголизма, управляющей мужчиной (о которой мы здесь говорить не будем).

Если такая пара не распадается на ранней стадии своего существования, то она достаточно стабильна — общая деструкция прочно удерживает супругов, и они долго не расходятся.

Жизнь таких мужчин и женщин наполнена постоянными склоками и скандалами и представляет настоящий

ад на земле. Уже к среднему возрасту оба партнера имеют свои «любимые» заболевания и крайне низкую сексуальную активность. С годами заболеваний станет больше, а сексуальной активности меньше. При этом супругам невдомек, что в основе этих проблем лежат чьи-то уже давние измены.

Вначале, прежде чем мы начали говорить об измене, Я сказал, что, если измена уже случилась, лучше всего рассказать о ней партнеру. Теперь, надеюсь, понятно, почему это следует сделать в обязательном порядке...

Итак, есть причина, и есть ее следствие, и мы только что рассмотрели следствия, причиной которых являются явные и скрытые измены одного партнера другому.

Теперь есть смысл рассмотреть трансматические механизмы, в результате, которых происходит обсуждаемая нами деструкция.

Как Ты, наверно, уже понимаешь, измена — это нечто гораздо более значимое, чем просто сексуальный контакт на стороне. Мало кто негативно отреагирует, узнав, что шапочный знакомый занимался вчера сексом, но если это твой собственный муж и секс был не с тобой, то реакция предопределена.

Отсюда понятно, что **первое поле реагирования находится на уровне социального тела человека, именно там формируется деструктивная реакция, которая переходит на остальные уровни.**

Это в первую очередь значит, что болезненная реакция на измену сформирована социальной средой обитания человека. Наличие такой реакции говорит о крайней заинтересованности социума в фиксации партнеров в форме стабильных пар.

Там, где такая необходимость отсутствует или ослаблена, мы можем наблюдать совершенно другое реагирование на измену*.

* Например, во Франции такая болевая реакция на измену практически отсутствует или в значительной мере размыта — супруги спокойно делятся друг с другом подробностями своих отношений на стороне и могут не переживать по этому поводу.

Набирающее обороты движение свингеров есть не что иное, как некий способ решения этой проблемы — обоюдное санкционирование на секс в группе или с другим партнером является самой простой возможностью для разрядки деструктора измены.

Такого рода утилизация измены рекомендуется при отсутствии других возможностей или когда деструкция уже привела пару на уровень скандалов и ненависти.

Основная сложность при применении этого приема заключается в том, что изменяющая сторона зачастую не готова восстановить равновесие в паре таким способом.

Причина такого поведения кроется в крайней неосознанности обоих партнеров, то есть полном подчинении действию программы, а значит, максимальному трансу. Говоря о транс, **Я имею в виду полную зависимость от соответствующего эм-комплекса, а значит, невозможно какого-либо отличительного поведения.**

Такие люди не в состоянии понять, что с ними происходит, они чувствуют наличие деструкции, но ничего поделать с ней не могут и послушно идут по пути ее усиления. Причины своего поведения они обычно находят в поведении партнера...

Заверю всех, кто столкнулся с этой проблемой: то, что партнер изменяет лично вам, абсолютная иллюзия. Работает автоматическая программа его поведения, и, будь на вашем месте любая другая, произошло все то же самое.

Этот деструктор (как и все остальные) использует человека как своего рода носитель и переходит от родителей к детям, а потом к детям детей и т. д.

Прошу правильного понимания: никто, конечно, целенаправленно не учит своих детей изменять... Дело в том, что родитель всей своей жизнью показывает, как нужно выживать в этом мире, **ребенок перенимает этот опыт точно так, как перенимает словарный запас родителя — автоматически.**

Причем передача происходит даже в том случае, когда на видимой поверхности все гладко — нет ни явных ссор,

ни скандалов. Внешне пара выглядит вполне прилично — нормальная любящая семья.

Все вроде бы хорошо, только маленький ребенок ни с того ни с сего начинает болеть... Современная психология хорошо знакома с феноменом, когда ребенок таким образом привлекает внимание родителей к себе. Ребенок обостряет действие родительской программы, забота о потомстве должна вытеснить действие побочных факторов.

Сексуальное влечение на начальном этапе роста ребенка только отвлекает родителя от его основной задачи — вырастить потомство. **Инстинкт материнства и отцовства — та программа, которую пытается активизировать ребенок в случае скрытой (явной) измены одного из родителей.**

Если организм женщины способен уловить малейший запах измены по нескольким молекулам, то грудной ребенок, который узнает своего родителя в первую очередь по запаху, определяет наличие чужих пахучих молекул еще быстрее. То, что он способен самостоятельно определить проблему и столь болезненно отреагировать на нее, говорит о том, что его система жизнеобеспечения расшифровывает такое поведение родителя как непосредственную угрозу.

Известно, что девочка копирует мать, но не полностью, поскольку программы отца вносят корректировку; соответственно, мальчик копирует отца, но пользуется установками матери.

Другими словами, ребенок, повторяя поведение родителя своего пола, будет «слышать» в голове мотивацию родителя противоположного пола.

Например: если жена изменила мужу, то дочка, скорее всего, когда вырастет, повторит действия матери, но командой послужит пьяное ругательство в сердцах, брошенное отцом, — «твоя мать шлюха» — или что-то в этом роде.

Поскольку в этой книге Я не ставлю своей задачей описание многослойного устройства данного деструктора, то этой информации вполне достаточно для понимания об-

щих принципов действия и механизма передачи рассматриваемой программы.



Внимание: родителям следует осознать, что несанкционированная сексуальная связь на стороне при наличии маленького ребенка обязательно отразится на его здоровье.

Я отказываю в помощи тем родителям, которые просят провести занятия с их детьми (часто это уже хронические заболевания: астма и т. п.) и отказываются заниматься сами. Мотивация моих действий проста — дети здесь ни при чем, поэтому **лечить ребенка бессмысленно, его болезнь — это следствие, причина скрыта в конкретном поведении родителя.**

Родители, особенно отцы, делайте выводы.

Женщины, дайте почитать эту информацию мужьям, у многих после этого на стороне просто «не встанет»: одно дело — развлекаться, **другое дело — знать, что таким образом мужчина может «навесить» на собственного сына или дочь.**

Итак, родители, если ваш ребенок болеет — проблема всегда в вас, а не в том, что врачи плохо лечат ваше ненаглядное чадо.

Несмотря на то, что родителям рекомендуется быть осознанными, сделать это на практике зачастую не так легко, как рекомендовать. Дело в том, что в жизненном цикле женщины существуют периоды, связанные с естественным отталкиванием.

Естественное отталкивание

Это одна из важнейших программ, которая определяет отношение женщины к ее постоянному партнеру. Это программа связана и со счетчиком времени, определяющим старение организма, и с другими программами, в том числе и деструктивными ускорителями.



Внимание: женщины и девушки, знание следующей простой схемы сможет значительно облегчить вашу собственную жизнь и жизнь ваших близких.

Обязательно нужно знать, что силы естественного отталкивания действуют на протяжении всего существования абсолютно любой пары. При этом естественное отталкивание представляет начальную, природную силу. Это значит, что **сигналы отталкивания идут с уровня физического тела.**

Напротив, силы, удерживающие пару от распада, менее естественны. Только начальное удерживание происходит с уровня физического тела, остальные сильные сигналы рождаются в социальном теле.

Силы, цементирующие пару, находятся в постоянном конфликте с силами естественного отталкивания, от этого взаимодействия напрямую зависит срок существования пары.

Влюбленным хорошо будет знать:

- верность как результат естественного влечения обычно существует относительно непродолжительное время;
- верность как социальная гарантия в нашей среде не только более распространенное явление, но и зачастую более надежное.

Другими словами, нормы и правила, существующие в обществе, гораздо лучше удерживают партнеров в паре, чем естественное влечение. Основная сложность заключается в том, что такой порядок предписывает испытывать влечение только друг к другу...

А это вряд ли возможно.

Мы так устроены, что на уровне физического тела действие любого стимулятора со временем притупляется и период возбуждения переходит в период нарастания толерантности (привыкания).

Эта тенденция не берется с потолка, нарастающая **толерантность поддерживается (в частности) гормональным**

фоном женщины, который, в свою очередь, зависит от действия сил естественного отталкивания.

Эти силы совместно создают отрезки, благоприятные для развития нарастающей деструкции, которые заканчиваются точками максимального напряжения.

Формула действия сил естественного отталкивания тогда будет следующей: $1+2+2+2+2+2\dots$

По этой формуле точками максимального напряжения (время, через которое пара может распаться) будут: 1 — первый год существования пары, третий год (1+2), пятый (1+2+2), седьмой и т. д.

Опасные даты давно подмечены специалистами по вопросам семьи и брака, осталось сделать завершающий шаг и написать вышеуказанную формулу, что мы и сделали.

Теперь дело за малым — остается ее объяснить.

Данная формула имеет такой вид только потому, что (как и любая другая формула) описывает совершенно определенную закономерность. А именно то, что жизненный цикл женщины в первую очередь настроен на программу репродукции.

Это значит, что первый год паре дается на притирку друг к другу (ритуал знакомства и все такое) и последующее зачатие ребенка, если зачатие произошло, то программа материнства (отцовства) начнет гасить силы отталкивания. Если зачатие по тем или иным причинам не происходит, естественное отталкивание может разрушить пару.

Второй год — это год вынашивания ребенка, третий год — год вскармливания, дальше цикл повторяется, но без года притирки, который уже не нужен.

В периоды вынашивания и вскармливания действуют силы естественного отталкивания, которые в сочетании с другими деструкторами толкают мужчину к измене, но разрушение нормальным образом происходит в точке напряжения.

В основе естественного отталкивания лежит естественное переключение всего внимания молодой женщины с мужа

на ребенка, материнский инстинкт подавляет сексуальное влечение.

Сексологи всех мастей рекомендуют заниматься сексом во время беременности – нет ничего глупее этих советов...

Ведь никому не приходит в голову позвать детей и посадить их рядом, чтобы они наблюдали, как родители совокупляются...

А ребенок в животе матери не просто наблюдает за процессом – он участвует в нем, поскольку он часть организма матери. Я уже умалчиваю о том, что секс в беременность полностью лишен всякого биологического смысла – зачатие уже произошло. Неудивительно, что женский организм будет сопротивляться молочницами, фригидностью и прочими программами отгалкивания...

Естественное влечение постепенно вернется к концу второго года. Если мужчина имел глупость изменять, то пара может и не пережить критическую точку, которая наступит вслед за естественным возвратом у женщины сексуального влечения.



Внимание: в этот двухгодичный цикл как никогда важно быть осознанными. Это серьезное испытание для пары, когда особенно важно понимать сигналы организма и поддержать друг друга. Женщине нужно уметь правильно истолковать снижение влечения мужчины к ней, но не к другим женщинам. При этом не нужно пугаться, если влечение к мужу пропадет, это совсем не значит, что любовь прошла; это значит, что материнство развивается совершенно естественным образом.

Мужчине нужно принять свое отцовство и поддерживать мать своего ребенка. Главное, что следует осознать: секс – это в первую очередь способ зачатия. То есть основная цель – это ваш общий ребенок, а не что-либо иное.

Мужчины, внимание: естественное воздержание сохраняет высокий уровень вашей потенции, напротив, секс с женой (и/или измены) в этот период приведет к раннему угасанию силы.

P.S. Если в паре нет детей, программа все равно развивается по этой временной формуле, но естественное отталкивание не столь выражено. Я не буду описывать, как формула работает для бездетной пары, поскольку основа программы та же.

Цистит и молочница: что общего?

Цистит — это инфекционное заболевание мочевыводящих путей, механизм возникновения которого отличается от механизма возникновения молочницы только возбудителем. Все остальное абсолютно, как под копирку, идентично.

Учитывая такую идентичность причин, Я не буду повторяться в описании механизмов этой болезни, но, учитывая массовость проблемы, мы все-таки ее коснемся.

Свидетельства девушек (женщин) — носителей симптома:

В детстве заболела циститом и как следует не вылечила... теперь уже 21 год, а он не проходит... простыла — начинается, позанималась любовью — начинается, приняла ванну — начинается. У врачей у многих была — рецидив они убивают антибиотиками, но припадки эти повторно возникают.

Проблема в том, что из-за этого ужасного цистита протекает постоянная молочница, а от молочницы возникает цистит. Короче, фиг вылечиваются обе болячки, когда они вместе!

...Цистит первый раз полтора года назад был: с кровью и температурой. Поехала в Первую градскую к урологу, сдавала анализы. Сказали, что это потому, что почки больные. Помоему, цистит вылечить почти невозможно, рано или поздно он все равно себя проявит. Сама мучаюсь, до слез доходит в туалете...

...Самое ужасное, врачи от больных циститом женщин отворачиваются, по крайней мере в государственных клини-

ках (на частные денег не хватает), у меня в апреле было очень сильное обострение на фоне гриппа...

...Был два раза за последние 1,5 года. Первый раз думала, помру — на «скорой» в больницу увезли, потом еще дома неделю валялась, антибиотики пила.

Цистит... от одного слова в дрожь бросает...

...Заметила, что при хроническом цистите приступы могут возникать на нервной почве, как это ни странно... поэтому стараюсь не нервничать, а то возникает спазм и болит опять.

Три года мучалась, к разным врачам ходила. Обострения четко возникали после занятия сексом, через день-два. Молодому человеку ничего не говорила, приходилось держать все в себе и стараться вести себя естественно, хотя, когда бывали обострения, все жутко раздражало и хотелось свернуться клубком и залезть под теплое одеяло, чтоб тебя никто не трогал. В очередной раз после обострения дошло дело до острого воспаления почек.

Первое обострение было два года назад, застудилась, так как любила легко одеваться. А потом стало обостряться после секса, сначала только после очень продолжительного, а потом каждый раз. Чем только не лечилась, все бесполезно.

...Катастрофа какая-то. Недавно потеряла девственность, причем с кровотечением и «скорой помощью» с мигалкой. В больнице на живот положили лед на час. До этого две недели назад был цистит, который тоже был вызван попыткой потерять девственность. В общем, пошло-поехало, сначала небольшие приступы, потом все больше. Кололи антибиотик, может, и помогал немного. Выписали из больницы, но цистит остался, приступы продолжают. Работа, учеба, все отложено, сижу дома.

Проснулась от боли. Пошла в туалет — дикая резь и в конце немного крови.

Я в панике! В ночь с пятницы на субботу немного подморозила ноги, потом секс.

Вчера днем еще много алкоголя. Сижу вот теперь и думаю: от чего? Склоняюсь к мысли, что перемерзла и секс, к тому же был очень длительный период воздержания...

...Болят и низ живота, и весь мочеиспускательный канал! При самом мочеиспускании — жгучая боль! Не дай бог никому!

Мне иногда кажется, что я с удовольствием променяла бы этот уретрит на любую другую внутреннюю болезнь. Вот недавно рассталась с парнем (не из-за уретрита) и вместо того, чтоб страдать, думаю, ну слава богу, не надо любовью заниматься... Нормально? Да? И нового парня не хочу заводить. Это ж тоже надо любовью заниматься.

Соглашусь со словами этой девушки — сложно завести партнера, испытывая такого рода дискомфорт. В данном случае слово «завести» имеет еще и смысл «возбудить».

Как и молочница, цистит блокирует сексуальную энергию и служит симптомом того, что в организме начался процесс ускорения старения. Настоящие причины происходящего надо искать на уровне разума. Забегая вперед, скажу, что в основе любого блока сексуальной энергии лежит деструктивное отталкивание мужчины.

Цистит в данном случае физиологическое проявление этого процесса на физическом уровне.

Симптомы цистита следующие: жжение и боль при мочеиспускании, в моче может быть примесь крови, частые позывы к мочеиспусканию, боль внизу живота, побаливают спина или бока, нужно делать усилие для начала мочеиспускания. В случае обострения — тошнота, рвота, повышенная температура.

В развитии инфекция поражает почки, а это уже совсем серьезно.

По «популярности» среди женщин бактериальный цистит держит твердое второе место, уступая только обычным простудным заболеваниям. Но в отличие от простуды эта «несерьезная» болезнь может заставить лезть на стенку.

Довольно часто цистит встречается у беременных женщин — медики объясняют это застоем мочи, вызванным давлением плода на мочевой пузырь. Трансматика считает, что настоящие причины в том, что естественное отталкивание не срабатывает, и организм женщины, чтобы

отстраниться от мужчины, вынужден прибегать к деструкции. Настоящей причиной будет занятие сексом во время беременности, вскармливания (в меньшей степени измена партнера).

Если молочница технически вызывается дрожжеподобными грибами рода *Candida*, которые в норме обитают в кишечнике человека, то цистит — это нехарактерное размножение бактерии *Escherichia coli* (*E. coli*).

E. coli являются нейтрально-полезными обитателями все того же кишечника, но, попадая через область промежности в уретру и мочевого пузырь, они становятся вредоносными возбудителями цистита (реже возбудителем являются стрептококки и стафилококки).

Основным условием возникновения заболевания служит снижение иммунитета, то есть условия, при которых лейкоциты не справляются с инфекцией. Технически иммунное снижение проявляется в виде разрушения защитного мукополисахаридного слоя, который прикрывает слизистую мочевого пузыря от проникновения микробов.

Условия для снижения иммунитета, как и в случае с молочницей, создаются наличием деструктора Ороборо в сочетании с обычной привычкой к трехразовому питанию. Действие этой пары причин усиливается в случае переохлаждения организма.

Усиление деструкции происходит по следующей схеме — эффект Ороборо перераспределяет кровоток в область больших мышц, зона органов репродукции попадает на голодный паек, но при этом еще часть забирает наполненный пищей и бактериями кишечник, к этим процессам добавляется переохлаждение — значит, основной приток крови перенаправляется (к кожным покровам) на согревание организма. В результате армия лейкоцитов буквально разрывается между теми местами, где ей нужно быть одновременно, — хочешь не хочешь, приходится чем-то жертвовать, в случае с циститом это мочевого пузырь...

У многих женщин эта инфекция активизируется каждый раз после занятий сексом. Медики объясняют подоб-

ную закономерность тем, что во время секса *E. coli* попадают в область влагалища с рук или пениса партнера (особенно при анальном контакте). Возможно, это и ускоряет процесс, но ни в коем случае не является первопричиной, при хорошей работе иммунной системы никакого заражения не произойдет.

Поэтому можно смело утверждать, что секс как физиологический процесс здесь ни при чем.

Вспышки воспалительного процесса каждый раз после секса говорят о том, что **организм использует воспалительный процесс как средство блокировки возможности заниматься сексом**. То есть секс все-таки причем, но блок на уровне физического тела (цистит) управляется с уровня разума.

Другими словами, **не секс способствует возникновению цистита, а воспаление возникает именно потому, что программа таким образом хочет заблокировать сексуальные контакты...**

Помнишь пример: «... *катастрофа* какая-то. Недавно потеряла девственность, причем с кровотечением и «скорой помощью» с мигалкой. В больнице на живот положили лед на час. До этого две недели назад был цистит, который тоже был вызван попыткой потерять девственность...»

В этом случае изначально ослабленный организм девушки реагирует запретом на секс стрессом, связанным с потерей девственности. Если мы узнаем ее мотивацию для этого поступка, то наверняка найдем конфликт мотива и запрета... Как видишь, мотивация настолько слаба, что запрет побеждает. Корни проблемы в том, что мотив существует на осознанном уровне тела разума, а запрет на неосознанном уровне того же тела. Поскольку запрет напрямую сознанию не виден, то осознанная мотивация (из серии время пришло, надо, подруги уже все...) помогает преодолеть внутреннее сопротивление и вступить в несанкционированный половой контакт.

В результате блок сексуальной энергии с уровня (виртуального) неосознанного запрета переходит на уровень

(реальный) физического тела: *«Выписали из больницы, но цистит остался, приступы продолжаются. Работа, учеба, все отложено, сижу дома».*

Что делать? **Первое** — научиться понимать сигналы предупреждения, которые в избытке подает собственное тело. **Второе** — достаточно проявить информацию блока на осознанном уровне, как транс, вызываемый им, ослабнет и появится возможность управлять собственной жизнью. **Третье** — начать применять правила системы трансхединга.

Хламидиоз

Уже год лечу хламидиоз... Обошла все платные клиники, ползарплаты трачу на лекарства... Организм вышел из строя, появилась сыпь, почки болят, печень, иммунитет слабеет... Я чувствую, что надолго меня не хватит, а этой хламидии хоть бы хны... Что делать, помогите?!

...Я слышала от врачей, что хламидиоз может возвращаться, что болезнь просто глушится и при некоторых условиях возвращается вновь. От других врачей я слышала, что такого быть не может.

И еще, одни врачи говорят, что эта болезнь передается только половым путем, а некоторые говорят и про бани-бассейны и трусы друга. Одна моя подруга второй раз лечит хламидиоз, но она живет с одним человеком лет пять уже, и он был у нее первый, мне как-то кажется, что он ей изменяет, еще и болячки таскает, а она верит, что это через ободок унитаза.

У меня хламидиоз обнаружили, когда я уже была беременна. Самое интересное, что за год до этого сдавала анализы, все чисто было. А потом оказалось, что есть. Причем полового партнера (то есть мужа) не меняла. Лечилась как обычно, вильпрофен и т. п. Слава богу, все нормально. Родила. Дочке уже годик. Никаких последствий вроде. Раньше хламидиоз был опасен невынашиванием. А теперь с этим научились справляться.

Расскажу о своем, наболевшем. Все началось год назад, когда у меня ни с того ни с сего шарaxнули дрожжи – с такой силой, что даже ежeдневка не справлялась с выделениями. К тому времени у меня был секс только с одним партнером (три месяца примерно, до него я со всеми предохранялась).

Пошла к гинекологу, сдала мазок – сказали, все чисто, просто дрожжи – прописали свечки, и все. Я сделала как сказали, выдержала курс. Потом на протяжении 9-10 месяцев стабильно раз два в месяц у меня опять появлялись дрожжи (правда, не такие жуткие, как в первый раз), но все равно, они доставляли мне уйму дискомфорта, и очень было больно заниматься сексом.

Решилась я наконец пойти к гинекологу в платную клинику. Пошла: нашли – хламидиоз, трихомониаз, герпес. Мой молодой человек тоже пошел, но в обычный КВД – у него нашли то же самое, но без трихомониаза. Лечились больше месяца, причем оба...

...Хламидиоз обнаружили 8 лет назад, во время беременности... потому как была постоянная угроза выкидыша. Правда, анализ крови так и не показал этой гадости. Лечили меня антибиотиками, свечами и прочим. Повторные анализы дважды показали, что я здорова (мужа тоже пролечили, и у него анализ тоже показал, что здоров). У меня родился нормальный здоровый ребенок. Прошло время, пошла сдавать анализы через 1,5 года после родов, и... снова хламидиоз. Я была в шоке. Точно знаю, что левых связей не было. Снова лечение... уже другими антибиотиками... Потом еще год... и анализы показывают хламидиоз. Пролечились... прихожу как-то к врачу, сдаю анализы. Лечение не помогло. Так мне врач говорит, что, если я не собираюсь рожать второго ребенка, можно преспокойно жить с хламидиозом...

Ага, пускай сам врач и живет. Несмотря на то что болезнь носит тихий и незаметный характер, наличие этой «партизанской» инфекции чревато значительными осложнениями. Такими как поражение мочеиспускательного канала (уретры), прямой кишки, влагалища, шейки матки и глаз. Основное осложнение в результате запущенного

хламидиоза — это **воспаление матки и придатков** (основные поводы для женского **бесплодия**).

На современном этапе выявлена роль хламидий в развитии таких заболеваний, как атеросклероз, астма, артрит.

Возбудителем хламидиоза являются *Chlamydia trachomatis* (хламидии), что-то среднее между вирусами и бактериями.

«Партизанская» сущность хламидий заключается в том, что они **захватывают здоровые клетки организма, проникая внутрь клетки. При этом клетка-носитель используется и как прикрытие, и как пища.** После того как хламидии размножились внутри носителя, они разрушают его оболочку и приступают к новым захватам.

Самая гнусная черта этого паразита в том, что под воздействием антибиотиков (и других неблагоприятных факторов) «партизаны» перестают размножаться и разрушать клетки. Они создают особую L-форму, которая при делении клетки-носителя переходит от материнской клетки к дочерней.

Соответственно как только действие неблагоприятных факторов (антибиотиков) заканчивается, процесс размножения микроорганизмов восстанавливается.

Основная сложность лечения антибиотиками заключается в том, что гибнет только та часть «партизанского» войска, которая не успела принять L-форму. Успевшие становятся недосягаемыми для действия антибиотиков.

При этом воспалительный процесс нормальным образом уходит из зоны входа (половых органов), но не из организма. Сухой остаток такой — воспаление прошло, но человека не вылечили...

L-форма при этом может прятаться в суставах, крови, лимфоузлах.

Сам хламидиоз протекает в основном скрыто и может проявиться в виде вялотекущего воспаления органов мочеполовой системы.

Многие мужчины вообще ничего не замечают.

У женщин начальные проявления более заметны — через одну—три недели после заражения могут появиться

скудные выделения из влагалища (желтоватые, белые или прозрачные); иногда это жжение и зуд при мочеиспускании и/или половом акте.

Если момент заражения можно попросту не заметить, то последствия невылеченного хламидиоза не заметить сложно, это воспаление:

- мочеиспускательного канала (**уретрит**);
- внутренней оболочки матки (**эндометрит**);
- шейного канала матки (**цервицит**);
- маточных труб (**сальпингит**);
- слизистой оболочки прямой кишки (**проктит**);
- слизистой оболочки глаза (**конъюнктивит**).

Учитывая, что в России хламидии живут в телах почти половины сексуально активных мужчин и трети женщин, то не заразиться в случае «случайной» связи крайне тяжело!

Хочу подчеркнуть, что данная болезнь передается половым путем и вероятность заразиться через полотенце, ночные трусы подруги, зубную щетку, бассейн и стульчак унитаза равняется вероятности того, что кто-то собрал в баночку хламидий и выпустил туда, откуда пошло заражение...

В стабильной паре трансматика этого деструктора точно такая же, как трансматика измены (см. главу об измене). Наличие этого заболевания — прямое следствие измены одного из партнеров со всеми вытекающими скрытыми и явными стрессорами.

На уровне физического тела к уже известному нам деструктивному набору (забитый кишечник, стресс-эффект Ороборо) добавится иммунодефицит (возможны аллергические реакции), связанный с тем, что лейкоциты реагируют на постоянное присутствие возбудителей инфекции.

В результате каждый в отдельности деструктор усиливает действие другого: иммунодефицит еще больше отвлекает лейкоциты из области пищеварения, а чем больше лейкоцитов уходит из этой области, тем хуже там обстановка и тем больше в них нужда, соответственно организм начинает перемещать лейкоциты назад в эту область, тем самым давая хламидиям размножаться и т. д.

Весь процесс усугубляется внешним стрессом, который почем зря уводит по несколько раз в день кровь в область больших мышц...

В результате деструкция лавинообразно нарастает, а организм стремительно стареет (разрушается).

Женщина в это время накладывает маски, мажется кремом, колет ботокс и т. д.

Думаешь, поможет???

P.S. К счастью (наши друзья медики знают), в норме иммунная система прекрасно без всякой дополнительной помощи сама справляется с этой проблемой. Поэтому достаточно создать условия для нормальной работы иммунной системы, и организм сам все сделает. Это подтверждает и тот факт, что (изредка) заболевание само по себе проходит — конечно, медики этого не объясняют...

Есть и еще косвенное подтверждение — при незащищенном сексуальном контакте с носителем хламидий заражение происходит только в половине случаев. Это значит, что в другой половине случаев иммунная система прекрасно справляется.

Эрозия шейки матки

Вплоть до этого момента мы говорили об относительно легких проявлениях блока сексуальной энергии. С этого момента мы подходим к рассмотрению такой ситуации развития деструкции, которая не сколько отталкивает противоположный пол, сколько начинает блокировать саму систему репродукции. Это значит, что деструктор настолько влияет на органы репродукции женщины, что зачатие и/или вынашивание плода становится затруднительным или вообще мало возможным...

Наличие эрозии шейки матки — это чрезвычайно распространенное явление именно такой природы. Несмотря на то что эрозия сама по себе не приводит к бесплодию, тем не менее она может служить причиной выкидыша или разрыва шейки матки.

Одной из причин возникновения эрозии является хламидиоз, поэтому для этой деструкции верно все, что о мы говорили о хламидиозе.

Вот что о эрозии говорят девушки:

Мне двадцать, но я решила от нее избавиться и в прошлом году прижгла. В принципе можно потерпеть, обезболивающие делают, только немного нехорошо после. Но у всех гинекологов различные методы и мнения... Просто мне сказали, во время родов из-за слабой шейки может там что-то порваться или может быть выкидыш по той же причине. Но у всех все индивидуально, и это также зависит от размера эрозии.

Эрозию затягивать нельзя! Лучше сразу браться за ее лечение.

Мне врачи говорили — все хорошо, просто проходите осмотр каждые полгода... а вот не уследили, и у меня она так разрослась, что сами же врачи потом панику и подняли (я вообще ходила с такими глазами!), а потом в течение полугода всякие лечения-восстановления...

Сейчас все хорошо... А врачам я теперь не совсем верю...

У меня врожденная эрозия. От чего — никто не знает. Гинеколог говорил, что надо подмываться кипяченой водой и полидиновым мылом. Вроде помогло. Но иногда все повторяется. Прижигать не хочу, да и не предлагали...

...Обнаружили эрозию, из-за чего она появилась — непонятно... Никаких инфекций по всевозможным анализам... Отправили в платную клинику... Там врач сказала: прижигать лазером обязательно — если хочешь рожать...

...Недавно вернулась от гинеколога. Пошла, так как были подозрения, что возможно молочница, а меня там ошарашили: эрозия довольно большая, да еще и воспаление там какое-то

с гноем. Навыписывала направлений, пришлось все вслед за ней записывать: на вирусы и т. п., а также провокацию будут делать.

Мне в свое время объясняли, что лучше всего делать криодеструкцию (жидким азотом), а не лазером, от которого все-таки страдает эластичность тканей. Но не метод тут важен. Важно то, что эрозию обязательно нужно вылечить. Потому что в сочетании, например, с папилломовирусом она может дать такое, что лучше вам об этом не знать. Мой доктор говорила мне, что сейчас все реже бывает, когда женщина приходит без эрозии.

Лечите ее! Пожалуйста! Не бойтесь проблем при родах! Когда есть чем рожать — это так ценно!

Каждой третьей женщине в России ставится диагноз — **эрозия шейки матки**. Такое положение дел говорит о том, насколько массовый характер у данной проблемы.

Особая опасность данного деструктора в том, что зачастую весь процесс протекает бессимптомно, то есть женщина может не замечать явных физиологических изменений в организме. Учитывая то, что дело может закончиться онкологией, данный ускоритель заслуживает особого внимания.

Ни одно происшествие в нашем организме не проходит незаметно. Если даже внешне все в порядке, не бывает так, чтобы болезнь не давала о себе знать.

Организм в любом случае будет тратить силы на устранение проблемы, а это обязательно скажется на общем самочувствии. Например, женщина будет чувствовать повышенную утомляемость, склонность к простудным заболеваниям... Поводом для беспокойства может служить **потеря сексуального влечения**, которая всегда, кроме периода естественного отталкивания (менструальный цикл, беременность, вскармливание), говорит о наличии той или иной деструкции.

Охлаждение со стороны партнера — мужчина инстинктивно (на уровне запаха) чувствует болезнь, и его организм реагирует естественным снижением потенции.

Многие женщины начинают паниковать, когда чувствуют такое отношение мужчины. Они рассуждают так: раз не хочешь, значит, не любишь — и **пытаются буквально затащить партнера в постель**, чем обостряют силу деструктивного отталкивания.



Внимание! Если в стабильной паре наступило охлаждение, нужно определить истинные причины этого процесса, в случае отсутствия желания у одной из сторон ни в коем случае не нужно заниматься сексом.

У мужчины в противном случае потенция может снизиться еще больше, а это прямой путь к измене, поскольку реакции на здоровых женщин у него будут нормальные...

Для женщины принудительный сексуальный контакт — это прямой путь усилить любую деструкцию.

С этим, думаю, понятно, идем дальше.

Все те же рекомендации тем более необходимо выполнять, когда симптомы эрозии никуда не прячутся.

Женщины в этом случае сталкиваются со слизисто-гнойными выделениями из половых путей и/или контактными кровянистыми выделениями после полового акта.

Эрозия шейки матки обычно возникает вследствие воспаления слизистой оболочки канала шейки матки и патологических изменений влагалища. Напомню, шейка — это та часть матки, которая выступает во влагалище. Эрозия — это красный, яркий участок вокруг наружного зева шейки.

Данная деструкция возникает как результат действия других деструкторов.

В числе причин ее возникновения можно перечислить следующие:

- половые инфекции, **особенно хламидии**, уреаплазма, вирус простого герпеса, вирус папилломы человека;
- травмы шейки матки при оперативных вмешательствах (роды, аборты);

— травмы шейки матки химическими и барьерными контрацептивами.

Надеюсь, понятно, что это вторичные причины, которые обусловлены только одним фактором — организм не может справиться с деструктором.

В результате действия вторичных факторов происходит воспаление слизистой оболочки и разрушение эпителия. Образуется истинная эрозия: **язвенная поверхность ярко-красного цвета на бледно-розовой слизистой шейки матки, при прикосновении обычно кровоточит.**

По прошествии нескольких дней (7-10) начинается самозаживление — организм пытается устранить дефект наружной части шейки матки за счет разрастания цилиндрического эпителия, выстилающего внутреннюю часть канала шейки.

Итог таков — язвенная поверхность начинает покрываться цилиндрическим эпителием и распространяется из канала шейки матки — образуется так называемая ложная эрозия, которая может существовать в течение многих лет.

Ложная эрозия представляет длительно текущий воспалительный процесс, который особенно опасен тем, что может привести к изменению свойств клеток и повышению скорости их деления. Учитывая, что помимо хламид, уреаплазм и герпеса это излюбленное место обитания вируса папилломы человека онкогенных типов, — отсюда совсем не далеко до образования злокачественной опухоли...

Как видишь, мы прорисовали четкий путь, проходя по которому можно ясно представить, как уровень нарастания деструкции приводит к постепенному разрушению репродуктивной системы женщины.

При этом **игнорирование начальных сигналов и непонимание их значения каждый раз усиливают деструкцию** — в результате организм постепенно разрушается, а значит, стареет.

Чем больше женщине лет, тем больше деструкций, действующих на физическом уровне, ею накоплено, а чем больше деструкций, тем сильнее силы стрессового отгалкивания. Сексуальная энергия блокируется еще больше.

Посуди сама, разве может захотеться секса при наличии зубной боли?

Даже когда явно выраженного дискомфорта нет и женщина на уровне социальной мотивации (из серии «надо») готова к сексу, блок не даст ей испытать физическое влечение. Даже если она не была фригидной, то это самый простой путь развить сексуальную бесчувственность.

Такое положение дел естественно для организма женщины, сопротивление организма в данном случае — это предупреждение, что система репродукции не в порядке и использовать ее ни в коем случае не стоит.

Воспаление придатков

Исследуя проявления блокирования сексуальной энергии у девушек и женщин, мы всю дорогу шли по пути усиления стрессоров и связанных с ними деструктивных программ. Мы наблюдали, как один деструктор поддерживает и ускоряет действие другого деструктора. И в конечном итоге **мы подошли к центру репродукционной системы, туда, куда изначально целются деструктивные ускорители.**

Как мы говорили в самом начале, таймером для старения организма женщины служат ее яичники. Именно этот орган является центром репродукционной системы. **Здесь хранится уникальное, невозобновляемое количество незрелых яйцеклеток, и здесь вырабатываются гормоны, делающие женщину женщиной.**

Напомню, что естественная или хирургическая потеря двух яичников приводит к почти мгновенному старению всего организма.

Ранее мы говорили о косвенных ускорителях старения, которые затрудняли работу систем жизнеобеспечения и частично блокировали систему репродукции. Но эти деструкции если и влияли на таймер, то недолго и через посредников.

Сейчас мы подошли к рассмотрению того момента, когда энергия организма ослаблена настолько, что де-

струкция проникла непосредственно в яичники. И разрушительные процессы действуют там напрямую.

Соответственно, когда разрушительное влияние деструктора на работу таймера обнаруживается не снаружи, а внутри, то можно говорить о том что процесс старения нарастает лавинообразно.

Внешне это не так заметно, как изнутри, тем не менее особой сложности нет — достаточно сравнить женщин среднего возраста с восемнадцатилетними — сразу все увидите.

Многие читательницы могут совершенно справедливо возразить, что воспаление придатков бывает и у восемнадцатилетних... Конечно, бывает, но это, во-первых, чревато, во-вторых, у молодого организма все-таки больше сил для борьбы с деструкцией...

То, что воспалительные процессы в придатках встречаются у девушек, только начавших свою взрослую жизнь (в том числе и половую), говорит о серьезности и глубине этой проблемы. **Такое положение дел является уже не частной проблемой женского здоровья, а вопросом, затрагивающим здоровье всей нации. Это одна из причин, по которой население нашей страны убывает со средней скоростью семьсот тысяч человек в год.**

Подобное положение вещей говорит не только об начальной ослабленности всего организма, но и крайне низкой информированности молодых девушек и женщин. При столкновении с тем или иным заболеванием подобного рода выясняется, что возможные последствия являются полным сюрпризом. Многие узнают о них, когда по прошествии времени **не удается зачать ребенка...**

Итак, **внимание:** воспаление зоны яичников:

Вчера началась боль в правом боку внизу, точнее, даже не столько боль, сколько жжение. Как будто там что-то горячее лежит. И при ходьбе отдает. Я вчера на балконе возилась, вот думаю, что меня продуло. А еще калланетикой позанималась. Вот дура!!

Чуть больше месяца назад мне прижигали эрозию. Врач сказала, что никаких зарядок, загораний, купаний и т.д.

...Лечусь, лечусь, а толку нет. Врачи ставят диагноз – **хронический аднексит и сальпингоофорит.** Пролежала в больнице, а **боль в правом боку так и не прошла.** Пила кучу антибиотиков и проходила физиотерапию. Боюсь, что это заболевание повлияет на возможность иметь ребенка. Обращалась к разным врачам, все дают практически одинаковую схему лечения... **мне только двадцать один, что делать?**

У меня – кошмар, **воспаление придатков (хламидии плюс гарднереллы плюс вирус папилломы).** Воспаление уже два с половиной года.

Самое странное, что я **девственности лишилась только 4 месяца назад (мне восемнадцать) Откуда?**

Была у разных врачей, сдала кучу анализов в разных местах – пропила дикий курс антибиотиков: 22 дня и четыре препарата, проколола очень больные уколы, ходила на физиотерапию: магнит и лазер, и вот спустя две недели после окончания лечения опять болят придатки!!! А я еще даже не сдала контрольные анализы!

Молодой человек устал от воздержания, **но самое интересное, что у него ничего нету!!!** Я не могу заставить его пропить тоже антибиотики, чтобы он не был пассивным носителем.

А я хочу, чтобы у меня потом были здоровые дети.

Ой, **придатки болели очень, очень сильно...** Похоже, лечение прошло зря. Сегодня сдавала анализ, будет готово в четверг. Жду и надеюсь...

Кстати, и у меня **хватает болячек** – еще **кондиломы какие-то**, я их никак не могу прижечь (пока не вылечу воспаление – нельзя), плюс **эрозия.** Офигеть! **Я сексом до того как заболела занималась только четыре-пять раз** – ухохочешься – и уже такой букет!!

Я опять ночь не спала! болит слева! Хотя и пила на ночь три ношпы!! Три!! но не в коня корм!!

...В прошлом мае у меня было воспаление придатков, вылечили антибиотиками (какими — не помню, но от некоторых кружилась голова, болел желудок и встать с кровати не могла, они давали осложнение на печень, пришлось от них отказаться. Прописали какие-то уколы). В сентябре опять, но уже хронический аднексит. Лечили на этот раз физиотерапией и всякими гомеопатическими лекарствами в течении трех-четырех месяцев. Потом вроде все утихло, ушло...

Правда, месяца два назад поставили дисфункцию яичников, но это мы с врачом связываем с нервами (пришлось за последнее время сильно их износить). Врачиха запретила мне греться в саунах, валяться в горячей ванне, ходить в солярий, пригрозила гнойным воспалением.

Итак, давай по порядку: что такое воспаление придатков, как оно правильно называется и что это вообще такое.

Воспаление придатков правильно называть воспалением органов малого таза.

В частности, различают:

сальпингоофорит — воспаление маточных труб и яичника;

оофорит — воспаление яичника (обычно следует за сальпингоофоритом); **аднексит** — то же, что и сальпингоофорит;

перитонит — воспаление брюшной полости, образование гнойных мешочков в области маточных труб.

Чтобы не путаться, мы не будем пользоваться этой терминологией, а будем называть воспаленные участки своими именами. Тем не менее даже по медицинским названиям видно, что инфекция движется по восходящей.

Микроорганизмы изначально попадают в вульву и влагалище и уже оттуда поднимаются и захватывают матку, маточные трубы и яичники.

Поскольку движение инфекции направленно от наружных половых органов к внутренним, то соответственно можно выделить и два пути для передачи инфекции — половой и бытовой.

Соответственно под бытовым путем подразумевается, что инфекция или проникла из области кишечника, или уже существовала среди микрофлоры влагалища. Впрочем, чаще всего заражение происходит при половом акте.

Спектр патогенных микроорганизмов при этом чрезвычайно широк: это могут быть и гонококки, и трихомонады, а также хламидии и микоуреаплазма.

Кроме этого, возбудителями **воспаления придатков** являются стафилококк, стрептококк, кишечная палочка...

Нужно отметить, что стафилококки и стрептококки чрезвычайно распространены, и в частности обитают на нашей коже, а кишечная палочка — это естественный компонент нормальной кишечной флоры.



Обрати внимание: воспаление придатков вызывается таким количеством микроорганизмов совершенно различного типа, что складывается впечатление, как будто любой из них готов устроить себе уютный домик.

Это действительно так, более того, обычно они накидываются на репродукционную систему сообща, то есть «домик» не один. По соседству с хламидиями могут, к примеру, существовать все те же стафилококки и трихомонады... и еще невесть что...

В этом заключается и основная сложность классического лечения антибиотиками — разные антибиотики по-разному действуют на разные группы микроорганизмов. Совершенно невозможно справиться с полимикробной ассоциацией таким способом, более того, подобное лечение, скорее всего, загонит процесс в его хроническую форму. Что, собственно говоря, довольно часто наблюдается.

Более того, по статистике почти каждая пятая женщина, столкнувшаяся с этим деструктором может стать вообще бесплодной.

Одной из основных сложностей при воспалении придатков является то, что женщина долгое время может не замечать наличия воспалительного процесса. Это значит, что симптомы есть, но они не ярко выражены, растянуты во времени и им не придается особого значения.

«Нормальные» симптомы, сопровождающие воспаление придатков, таковы:

- острые или тупые ноющие боли внизу живота, усиливающиеся при охлаждении, перед или во время менструации;
- необычный характер выделений (их характер зависит от вида возбудителя) из влагалища или их взаимосвязь с половым контактом;
- нерегулярные менструации;
- боли в животе при половых сношениях, снижение полового влечения;
- лихорадка и общее недомогание;
- дискомфорт при мочеиспускании.

Из перечисленного особо стоит выделить снижение полового влечения — это тот фактор, по которому женщина безошибочно может определять наличие блока сексуальной энергии. Причем не только в случае, когда воспалительный процесс уже идет, но и задолго до этого.

Поскольку воспаление придатков — это результат сексуального блокирования, то первым сигналом организма будет снижение сексуального влечения. Конечно, для снижения влечения есть и естественные причины, например связанные с менструальным циклом или с банальной усталостью. Тем не менее **если сексуального возбуждения не чувствуется и в период овуляции, то это серьезный повод задуматься.**

Если при этом у женщины бывают **длительные состояния усталости, общих недомоганий, а также головные боли, раздражительность, депрессия** и т.д., то это означает, что ее организм крайне ослаблен и деструкторы уже начали свою работу.

Если пропустить начало процесса и не предпринять никаких мер, то он переходит в свою острую форму.

В этом случае может **подняться температура, чувствоваться озноб, недомогание, тошнота, головная боль**. Каждая вторая женщина жалуется на постоянные **резкие боли внизу живота**, отдающие в прямую кишку и поясничную область. Сопровождается это **слабостью, потливостью, рвотой, учащенным мочеиспусканием**. При остром воспалении **характерны гноевидные, серозные выделения из влагалища, которые вызывают зуд и раздражение половых органов**.

Прямым следствием действия «содружества» микроорганизмов при острой форме воспаления будет следующее развитие ситуации.

Маточная труба отекает, утолщается, удлинняется и становится болезненной. Следующим шагом процесс захватывает и яичник. При спайке ресничек маточных труб отток содержимого из них нарушается — образуются мешотчатые «опухоли». Они могут иметь кровянистое, серозное и гнойное содержание.

Худший вариант дальнейшего развития событий: в воспалительный процесс **вовлекается прилегающая область тазовой брюшины и возникает перитонит**. Чаще всего дело заканчивается хирургическим вмешательством и удалением воспаленной части придатков... Что это значит, думаю, объяснять не надо.

Как не надо объяснять, что воспалительный процесс в репродукционной системе действует на весь организм в целом. Особенно хочется отметить участие нервной системы — **патологические импульсы из зоны яичников изменяют функциональное состояние коры головного мозга, а это отражается уже на эндокринной системе**.

Другим следствием будет снижение уровня лютеинизирующего гормона гипофиза, от которого, как помнишь, зависит весь менструальный цикл женщины.

В результате суммарного воздействия характер женщины становится нервным, желчным, раздражительным. Со-

ответственно конфликтность больной возрастает, что увеличивает стресс, и так переживаемый организмом. Опять мы сталкиваемся с ситуацией, когда одна деструкция усиливает действие другой.

Мы уже обсуждали, как стресс вызывает отток крови из области органов репродукции. Собственно говоря, это и является технической первопричиной всего заболевания. Не отток сам по себе, а общая деструкция, развивающаяся на этом фоне.

Отток крови лишает эту область организма необходимого ей кислорода и питательных веществ. При этом малоподвижный образ жизни настолько уменьшает циркуляцию, что и без кровотока ее можно сравнить с болотом.

Усиливает тенденцию неправильное питание — постоянно наполненный кишечник требует, чтобы организм забирал лейкоциты в область двенадцатиперстной кишки.

Образуется порочный круг, в котором змея догоняет и кусает свой хвост, а потом вообще начинает его пожирать.

Стресс, связанный с сексуальным блоком, помноженный на деструктивное питание, усиленный привычкой к сниженной физической активности, приводит к тому, что иммунная система не справляется и возникает воспалительный процесс.

Наличие воспаления окончательно блокирует сексуальную жизнь и вызывает сильнейший дискомфорт, что, в свою очередь, оказывает деструктивное воздействие на характер женщины — в результате новый, еще более сильный стресс. Более сильный стресс еще больше искажает деструкцию в питании, еще больше снижает физическую активность и т. д. по кругу. Причем каждый виток этого круга будет усиливать и усиливать деструкцию.

По мере распространения инфекции развивается соответствующая защитная реакция. Происходит разрастание соединительной ткани, организм таким образом пытается защитить себя от инфекции — он **выстраивает барьер между инфекцией и собой...**

Следствием этого защитного процесса является частичная или полная непроходимость маточных труб и утолщение капсулы яичника. В развитии оболочка яичника настолько утолщается, что попросту не в состоянии разорваться в момент овуляции фолликула. Даже если яйцеклетке удалось вызреть в этих условиях, то она не в состоянии покинуть фолликул.

Если ситуация дошла до этого, то **организм защищает таким способом уже не только себя, он защищает человека как вид** — то, что возможность зачатия блокируется, говорит о том, что потомство, полученное таким способом, будет ослабленным. Помимо этого весь деструктивный набор матери со временем может проявиться и у потомства...

Если у Тебя есть такая проблема, поинтересуйся у мам и у бабушек, а как у них с этим?

Если кто-то повторяет деструкцию матери (бабушки, прабабушки), то, значит, она досталась по карме рода. Такой блок не является свежим, то есть возникшим в течении этой жизни. Соответственно, все деструкции сексуального характера при подобном блоке носят наследственный характер, и поэтому не надо искать причину в себе или в партнере.

Блок в этом случае первичен, а отношения вторичны — старый блок, наполненный опытом прошлого, срабатывает в новых обстоятельствах.

Теперь, прежде чем перейти к описанию заключительной стадии деструктивного процесса, попрошу Тебя прочитывать то, что говорят сами девушки, для которых эта проблема актуальна. Возможно, теперь Ты сможешь увидеть это совсем другими глазами...

...Мне гинеколог сказал, что, типа, чтобы меньше воспалялось, надо найти постоянного, хорошего любовника...

Кстати, о сексе: как мне объяснил врач — строго-настрого нельзя, так как воспаление это по-любому есть инфекция, поэтому, если я свою инфекцию лечу, а мой любимый

человек – нет, он может меня повторно заразить и все коту под хвост.

А я занимаюсь сексом, мне про то, что нельзя, врач ничего не говорила. Просто раньше у меня боли были круглосуточные, какой уж тут секс... а еще раньше от возбуждения у меня начинали болеть яичники. Сейчас вроде бы такого нет, но и болей практически нет.

...У меня после Нового года случай был – типа любовь-морковь, муси-пуси, а как дело до секса дошло – больно, не могу. Выяснилось позже – когда возбуждаешься, кровь приливает к половым органам, и если там есть воспаление – то это вообще труба. Типа все аккумулируется и дает боль – во как!

...Исстрадалась вся... болит живот больше года... так достало и накипело..

Молодой человек волнуется, во время секса боли ужасные... кошмар. Пила контрацептивы, но не помогло... физио нельзя мне делать... а чем еще лечить? На врачей уже не надеюсь...

...У меня хроника! Начала спина болеть после секса, особенно на следующий день (почему?). Антибиотики я пила три курса самых сильных, сняло очаг воспаления, но боли остались, проверилась – это не кишечник... Что же делать? Может, что-нибудь безвредное поделаться... А то так устала от боли...

У меня после секса опять болит низ живота и бок. Что делать?

...Поставили хронически аднексит лет семь назад. Болею им намного дольше.

Когда я, сделав круглые глаза, спросила у доктора, как же мне все это действо лечить, он дал мне неизменно лаконичный ответ: «Чаще заниматься сексом». И порекомендовал не тра-

тить деньги на лекарства, ибо это не лечится. То же самое мне сказали гинекологи (притом разные, но проверенные).

...Симптомы у меня такие: раз в месяц, в дни овуляции, возникает боль в правом боку, больно наступать на правую ногу (отдает в бок). Так и хромаю один день. А потом все проходит. Когда пила гормональные контрацептивы, боли не было, как, собственно, и овуляции.

...У меня когда овуляция — больно сексом заниматься.

...Ношпа вообще не помогает от этой боли. У меня складывается такое ощущение, что с болями мне придется жить всю жизнь. У меня всегда справа и слева болит.

...Страдаю, от всего обостряется, достало уже. Правда, особо не болит, скорее по выделениям определяю.

У меня болит редко. И всегда после секса, если в неудобной позе. Пока что не лечусь ничем.

У меня боли только во время месячных. Но есть еще один признак: пропало желание в постели — напроць! Хотя больно только в определенных позах...

...У меня инфекция снова... и живот болит. И еще обнаружилось воспаление матки... я в ужасе... молодой человек не знает ничего... мне страшно... снова надо пить гормоны, потому что у меня поликистоз и еще я бросила тогда «Ярину» (депрессия началась). А сейчас снова пить... мне плохо...

...Такая проблема — спайки, аднексит. Болел постоянно левый бок (яичник). Пошла я к врачу, он меня осмотрел и сказал, что, пока я не пролечусь сильными антибиотиками и не полежу месяцок в больничке — не вылечусь. Когда спросила о беременности (хотелось очень, но не получалось), сказал: не беспокойся, можешь не предохраняться — не забеременеешь!

Больше полугода мучаюсь этим самым аднекситом. **Забыла уже, что значит хотя бы один день не чувствовать боли...** Ходила к четырем разным гинекологам. И только последняя назначила активное лечение. (Хоть и жаловалась, что болит, а **выписывали какие-то левые лекарства не от того. Вот и запустили...**) Вся попа в уколах, свечи разные, все названия их выучила уже... и все равно болит.

Я отчаялась...

На УЗИ гинеколог поставила диагноз «двусторонний хронический аднексит вне стадии обострения». Это при том, что у меня **никогда аднекситов не было, болей никаких не испытывала, да и сейчас не страдаю.** Единственное, что было накануне последних месячных, это **цистит.**

Лечения никакого не значили! Может ли аднексит быть без болей??? И уж **тем более стать хроническим,** когда мне раньше никогда такой диагноз не ставили, а **наблюдалась я у гинеколога регулярно?**

У меня **обнаружили сальпингоофорит** на УЗИ. Это воспаление придатков, а не опухоль яичника. Сейчас **лечусь антибиотиками.** Обидно так, у меня **ничего не болит...** А все равно болею.

...Сходила на УЗИ: воспаления больше нет, как остаточный процесс **появились спайки, трубы не закупорены.** Еще сказали, что у меня маленькая матка и **уменьшение фолликулярного запаса яичников.** Говорят, что потом **могут быть проблемы с зачатием, хотя все лечится.**

...После этого вообще дети бывают? У меня хроническая форма, причем очень **долго не могли выявить.** Слегка тянул бок, а УЗИ ничего не показывало. Потом началась мазня и бок тянул, и все равно на УЗИ врачи ничего не видели. **В прошлом месяце увидели наконец жидкость в трубах.** Начали лечение. Пила десять дней антибиотики, делаю физиотерапию. Еще антибиотики предстоит пить, и еще потом будет

физиотерапия. Болей по-прежнему нет сильных, так, тянет чуть-чуть...

У меня хронический сальпингоофорит уже лет двенадцать, **но болей тоже никогда не было**, но, когда решила однажды лечь в больницу и капитально пролечилась антибиотиками, магнитом, метронидазолом, переливанием и т. д., состояние придатков стало лучше (при осмотре), наладился цикл **и даже на УЗИ выявился созревший фолликул (чего раньше не наблюдалось)**. И кстати, после лечения, напротив, появились небольшие боли. Но примерно через полгода опять нарушился цикл и УЗИ показало, **что мой сальпингоофорит никуда не делся. А врач сказала, что он вообще не лечится, а только на время.**

У меня особых симптомов не было, поэтому я была очень удивлена, узнав о своем диагнозе. Несколько раз лечили по полной программе, **но стоило замерзнуть — все возвращалось**. Сменила трех врачей, в конце концов сдала бакпосев, а там **стафилококк**. После того как пролечилась от него — стало полегче, обострений вроде давно не было, хотя прошлая зима было очень холодная. Возможно, если б сразу направили на все анализы, можно было предотвратить появление спаечного процесса или хотя бы уменьшить его.

...Года три назад поставили диагноз хронический аднексит. Типа его не вылечишь, так как хронический. И спайки, вследствие чего **внематочная беременность или бесплодие**... Я, конечно, в слезы, мне ведь **тогда только семнадцать было**, но я уже думала о том, что рожать когда-то надо и я хочу этого. Еще я ни разу не беременела, хотя часто забывала про презерватив со своим молодым человеком... **Может, это уже все?**

...Уже **бесплодием пугают**... Тем более что мне **врачи сказали: это вообще не проходит и то, что они делают (в смысле лечение) может просто отдалить по времени очередное обострение**. А когда я выписывалась из больницы, на мой вопрос, смогу ли я рожать, мне сказали, что, когда начну пытаться зачать, тогда и видно станет...

*...Сегодня был поставлен диагноз **воспаление яичника и маточной трубы**... до этого и на УЗИ ходила, и к гинекологам каждый год — никто ничего не говорил, а теперь вот оказывается, уже **хронический процесс**.*

*Три года назад лежала в больнице — **удалили правые придатки** из-за большой кисты. Год назад вылечили эрозию и поставили диагноз: **тазовые спайки** (воспалений вроде не было, по крайней мере я о них не знаю).*

*У меня есть боли внизу живота. Уже полгода лечусь по части гинекологии, ничего не помогает. Наверное, врачи какие-то не такие попадались. Сейчас я опять в поиске хорошего врача. Потому что боли не проходят, ничего не помогает. Мне врач назначила физиолечение магнитами. Поеду в больницу, может, это хоть как-то облегчит мои боли. Делали УЗИ, оно показало, что у меня разных размеров яичники и что **фолликулы не созревают. То есть не может произойти овуляция.***

*Сказали, **пить противозачаточные таблетки. Пропила их уже полгода, сначала боли стали пропадать, а потом вернулись.** Сейчас я сделала перерыв в приеме контрацептивов и поняла, что они мне немного помогали, так как боли опять стали такими, как были вначале. Другие врачи вообще ничего не прописывали, кроме свеч. В общем, ужас!!!*

Как видишь, врачи говорят разное, кто во что горазд — кто советует заниматься сексом, кто напротив, нет, кто, говорит — вылечим, кто — что это не лечится, кто прописывает антибиотики, кто сомневается в их пользе...

О чем это говорит? О том, что у врачей нет не только единого мнения, но и общего понимания этой комплексной проблемы.

Дело в том, что врачей учат распознавать заболевания и лечить их, но не учат думать...

Что поделать — таковы особенности нашей высшей школы.

Если бы медицина проповедовала комплексный подход, то, скорее всего, проблема была бы быстро решена. А так получается как в известной истории про слепых и слона, каждый думает только в своем узком секторе: один — что слон — это змея (тот, который держит хобот), другой — что это столб (тот, который держит ногу), третий — что это ревка (хвост)...

Самое распространенное женское выражение на тему воспаления придатков — «наверно, застудила», — милые девушки, не стоит уподобляться «слепым» медикам, **переохлаждение — это только фактор, способствующий развитию деструктора**. Мы уже говорили, как он срабатывает. Дело не в простуде, а в образе жизни. Не спешите пить таблетки, которые загонят процесс в хроническую форму. Займитесь собой — достаточно изменить образ жизни, и проблема пройдет навсегда. **Воспаление придатков не лечится, но организм и без лечения может прекрасно с этим справиться.**

Эндометриоз

Эндометриоз — последний из деструкторов, который есть смысл рассмотреть в рамках этой книги. Причины этого заболевания точно не известны — медицина здесь, как обычно, бессильна, за той лишь разницей, что на сей раз признается в этом открыто.

Данный ускоритель старения замыкает ряд по той причине, что **наиболее часто встречается в период с тридцати — тридцати пяти лет до наступления менопаузы**. То есть относится к более позднему возрасту, а значит, показывает результаты деструкции в приближении к конечному этапу развития — окончательному старению организма.

Важным моментом этой деструкции является то, что **после прекращения менструаций симптом эндометриоза исчезает сам по себе без всякого лечения**. Происходит это, конечно, в тех редких случаях, когда организм может «дотерпеть» до этого момента. Если нет, то дело заканчивается или прижиганием, или хирургическим удалением по-

раженного участка, в начальной стадии процесс пытаются глушить гормональной терапией.

Ни одна из этих мер не дает гарантии выздоровления. Даже при удалении яичников остается вероятность, что небольшая часть яичника может остаться. Этого вполне достаточно для возобновления процесса.

Общее мнение специалистов таково: это не лечится... Точнее, лечится-то оно лечится, да вот только не вылечивается...

Помимо того, что эта деструкция почти всегда заканчивается механическим вмешательством, плохо еще и то, **что 45–50% случаев женского бесплодия связано именно с эндометриозом.**

Конечно, мы не можем пройти мимо и не разобрать причины этого «загадочного» заболевания, которое для многих женщин является настоящей трагедией.

Забегая вперед, скажу, что и на этой стадии деструкции дело вполне поправимо. Это несмотря на то, что «ооцитный таймер» как безумный отсчитывает время...

Итак, для начала разберемся, что собою представляет эта деструкция.

Эндометриоз начинается тогда, когда нормальная ткань, выстилающая матку (эндометрий), через фаллопиевы трубы попадает в брюшную полость и начинает там разрастаться.

Выглядит это так – небольшие фрагменты эндометрия прикрепляются к матке, маточным трубам, влагалищу, яичникам, прямокишечно-маточным связкам, толстой кишке, мочевому пузырю и прорастают там.

При этом деструктивный эндометрий ведет точно так же, как и нормальный, то есть реагирует ростом на повышение концентрации эстрогена, связанной с периодом овуляции.

Под влиянием эстрогена матка готовится к возможной беременности – происходит разрастание и утолщение ее слизистой оболочки (в четыре-пять раз).

Если беременность не наступила, нормальный эндометрий отторгается и вместе с кровотоком выводится из организма через влагалище.

Деструктивному эндометрию деться, собственно говоря, некуда, как и крови, которой он наполняется, — поэтому начинается воспаление...

Как только организм справляется с этим процессом, на месте воспаления деструктивного эндометрия остается рубцовая ткань. Из месяца в месяц этот процесс повторяется, возникают новые очаги поражения, что в итоге приводит к образованию спаек и кист.

В результате прогрессирования спаечного процесса возникает механическая непроходимость маточных труб — результатом которой и будет бесплодие...

Поскольку внешне эндометриоз может себя никак не проявлять, некоторые женщины могут просто не знать о наличии деструктивного процесса. Впрочем, таких меньшинство, обычно деструкция все-таки дает о себе знать, подавая сигналы в виде циклических болей.

В зависимости от места и характера деструктивных образований болезненными могут быть менструация, и половой акт. **Сильные болевые ощущения могут также быть в области прямой кишки и мочевого пузыря. Мочеиспускание и акт дефекации могут сопровождаться кровотечением.**

Болевое обострение соответственно будет привязано к менструальному циклу.

Кроме привязки эндометриоза к менструальному циклу, дополнительно можно сказать, что он сопровождается следующими стимулирующими факторами:

- возраст 35—45 лет и старше (до менопаузы);
- наследственная предрасположенность;
- **ожирение.**

Также известны и факторы торможения:

- прием гормональных контрацептивов;
- предыдущее использование внутриматочной спирали;
- курение.

Характерно, что все **факторы торможения способствуют искусственному подавлению овуляции** и ведут к снижению секреции эстрогенов.

Значит, дело все таки в эстрогене?

Судя по тому факту, что с прекращением его выделения при старении яичников эндометриоз проходит, то да.

Но эстроген выделяется и у здоровых женщин, иногда тоже в избытке. В чем же дело? Чтобы это прояснить, обратим внимание еще на один немаловажный фактор — сопутствующее ожирение, причем не любое, а подавляющим образом по андройдному (мужскому) типу.

Здесь скрывается именно то противоречие, которое служит ключом к механизму этого деструктивного ускорителя.

Дело в том, что эстроген у женщин нормальным образом накапливается в жировой ткани, которая расположена преимущественно подкожно, в области бедер и ягодиц. Такое распределение жировой прослойки соответствует женскому типу ожирения (гиноидному).

Получается явное противоречие: при избыточном уровне эстрогенов наблюдается мужской тип ожирения...

Кстати, это как раз тот случай, когда жир преимущественно скапливается в верхней части тела, и не столько под кожей, сколько в области брюшных сальников. Один этот факт указывает на то, что все внутренности женщины купаются в жире, а значит, на организм действует усиленный деструктор Ороборо.

По этому факту мы можем смело сказать, что кишечник такого человека забит двадцать четыре часа в сутки, а значит, у него лейкоцитоз.

Но наличие ослабленной иммунной системы не главное (хотя обязательное) условие, **основным будет именно то, что существует блокирование сексуальной энергии женщины. Именно наличие ожирения по мужскому типу говорит об общем гормональном сбое в сторону андрогенизации женского организма.**

Такая ситуация говорит о том, что блок репродукционной системы проник на уровень гормональной системы. В этом случае **гипервыделение эстрогенов в период овуляции будет единственным «естественным» способом**

пробиться через блок и все-таки кое-как обеспечить овуляцию.

Дело в том, что клетки эндометрия чрезвычайно чувствительны к эстрогену, и если в норме все те же лейкоциты не дают им разрастаться в неположенных местах, куда они попадают с током крови, то в описанной ситуации этот механизм дает сбой.

В условиях, когда основная часть лейкоцитов постоянно уходит обслуживать стресс, другая дежурит около забитого кишечника, третья отлавливает простуду, незначительные кусочки эндометрия, подвергаясь воздействию гиперэстрогена, начинают расти где придется. Результат — «хитрое» заболевание под названием «эндометриоз».



Внимание: эта схема верна, даже когда ожирение по мужскому типу не столь выражено или имеет смешанный тип, впрочем, тогда и эндометриоз может быть не столь выраженным.

...У мамы, бабушки и тети эндометриоз. Так вот, они бесплодны, хорошо, что родить успели. А вот сестренке повезло меньше — лечится три года и не может забеременеть. У меня тоже подозрение, через неделю на УЗИ — там и приговор поставят.

В июле 1999 года меня прооперировали по поводу эндометриозных кист обоих яичников (один яичник удалили, а другого оставили часть), при этом поставили точку на детях — диагноз: бесплодие. А узнала про свою запущенную болячку случайно: находилась на работе, и началось кровотечение. Ну и понеслась душа по кочкам: осмотр, УЗИ, анализ крови на гормоны, пункция, операция. Затем принимала шесть месяцев дюфастон, затем на осмотр и опять УЗИ: снова появились эндометриозные изменения. Тогда уже прописали дановал, тоже на шесть месяцев. Вроде все затихло. Когда приходила каждые пол-

года на прием к гинекологу, мне плохо становилось, мысли были об одном: может, опять?! В итоге врачи поставили диагноз бесплодие, но я все-таки смогла и родила сынишку.

Эндометриоз не лечится до конца, это хроническое заболевание, имеющее рецидивы. Мне сделали операцию по удалению кисты яичника и от него самого оставили 10%. Также обнаружили очень большие очаги эндометриоза, их тоже удалили. И сказали, что нужно забеременеть или через полгода все повторится. Вот недавно пошла к врачу (она как раз специализируется на эндометриозе), и обнаружилось, что он опять начинает появляться, она выписала мне кучу витаминов. После месяца приема пришла к ней опять, и надо же, процесс угас и перестал распространяться. Врач мне сказала, что до августа беспокоиться не о чем, только следить, чтоб месячные были не обильны, и стараться забеременеть (я планирую как раз), так как. **сейчас самое лучшее время, организм готов.**

Эндометриоз не лечится. Это чума XXI века для женщин! **Моя мама, сестра, бабушка, сестра бабушки всю жизнь страдают от него.** Я дико боюсь получить это в наследство... Сейчас появились препараты, помогающие с ним справиться, а раньше кормили жуткими гормонами. Главное, обнаружить болезнь на ранней стадии. Беременность не лечит, при эндометриозе вообще попробуй забеременей! Это же проблемы с эндометрием, а следовательно, с креплением плода.

Плачу весь вечер. Была у врача, результат – **эндометриоз яичника. Не зря я этого боялась... и сейчас боюсь... мама всю жизнь с этим мучается...** Врач сказала: только лапароскопией, и побыстрее эту дрянь убрать. Была в МСК-2, врач очень хорошая там.

Так переживаю... Ведь если один яичник удалят, надо беременеть после лечения, ведь не дай бог на втором появится... тогда вообще детей не будет... а если по тазу пойдет, тоже сплошные переживания...

Врачи до конца не знают природу эндометриоза, поэтому и окончательного излечения никто гарантировать не может. У меня была киста на яичнике, делала лапароскопию. Яичник сохранили. Три месяца после операции кололи люкрин (вызывали климакс). Врач порекомендовала принимать оральные контрацептивы...

У меня аденомиоз. Мучаюсь уже 10 лет. Каких только врачей не прошла, курсов лечения было огромное количество. Вся жизнь крутится вокруг месячных. Потому что месячные болезненные и очень обильные.

У меня эндометриодная киста. Сделали резекцию яичника, сказали, что осталась большая его часть, так что он будет полноценно работать. На внутренних органах очагов эндометриоза не обнаружено. Но. Нашли эндометриоз (немного) на шейке матки. Его вместе с эктопией (эрозией) убрали радиоволнами. Совсем не больно, ощущения, конечно, не самые приятные.

...Была у врача — киста правого яичника, подозревают эндометриодную. Прописали дюфастон. Надеюсь, поможет, очень уж не хочется делать операцию и потом устраивать себе искусственную менопаузу...

Врач еще «добрая» такая, показывает мне мой яичник на мониторе УЗИ, а там незараженной ткани совсем чуть-чуть, все остальное киста...

У меня дисфункция яичников, и киста раз в полгода бывает стабильно, но всегда рассасывается сама. Месячные без оральных контрацептивов происходят только от резкой перемены климата и т.д. Врачи утверждают в голос, что это из-за сотрясений мозга. Я к тому, что врача я посещаю раз в месяц, побывала у нескольких врачей — все ставили один диагноз (длинный какой-то, но проще говоря, дисфункция и гормонов у меня, мужских больше намного). Был период, когда я даже лысела конкретно на макушке), назначали одинаковое лечение, но результатов за шесть лет лечения никаких. Так вот к чему это я: у меня всегда при месячных, а иногда и просто так

сгустки крови такие маленькие и противненькие выделяются, вроде бы как эндометриоз, судя по описанию.

Мне поставили диагноз: хронический эндометриоз, после родов было воспаление матки. Капают теперь в матку инстиллагель. Но у меня после него очень сильные боли. Как перед родами схватки. Врач говорит, потерпеть и что это означает, что матка хорошая. А я не могу терпеть по 8 часов каждый день предродовые схватки! У меня ребенок. Ни встать, ничего не могу... Что делать? Да и больно!

Простые вещи зачастую являются самыми сложными

Что делать? Извечный вопрос, о котором мы знаем еще со школьной скамьи. К сожалению, ответы, которые мы получаем, не всегда нам подходят, но **что делать**, когда других нет?

В первой части книги Я показал Тебе другой взгляд на хорошо знакомые многим и многим женщинам проблемы. При этом, уверяю Тебя, **Я говорил совсем не о болезнях**, Я отвечал на извечный вопрос: «Куда уходит молодость?», а вместе с ней привлекательность, красота и силы. Я хотел показать, по каким причинам на их место приходят неудовлетворенность, страх, усталость, депрессия и болезнь.

Современная психология и медицина постоянно ссылаются на стресс, но ни одним ни другим не приходит в голову взглянуть на эту проблему как на единый психофизиологический комплекс. Я написал о простых вещах, но, конечно, простые вещи зачастую являются самыми сложными...

Я понимаю медиков: как только простая система, о которой Я рассказываю, получит свое широкое распространение, большинство медиков могут остаться без работы. И на что им такая система? Кого они тогда будут лечить? Может, друг друга?

Ты только вдумайся в цифры: молочница — **75% всех женщин**, цистит на **втором месте после обычной простуды**, хламидии **у каждой третьей**, эрозия **у каждой третьей**, воспаление придатков **у каждой второй** и т. д.

Я еще не стал писать про варикозное расширение вен, язвы и гастриты, аллергии и прочие заболевания, которые прекрасно работают на движке Ороборо.

Возникает вопрос — а к двадцати пяти годам здоровые-то остались? А к тридцати?

Вся система жизни взаимосвязана, и **мужчины**, от которых женщины по большей части скрывают свои проблемы, **рефлекторно чувствуют** это.

Помните, Я говорил, что наши меньшие братья (по Дарвину) — самцы человекообразных обезьян — выбирают более старших самок, и это естественно, такая самка более сильная, а значит, лучше готова к вынашиванию потомства.

В нашей культуре процветает культ молодости, который можно назвать культом фригидности. Не удивительно, что рождаемость в США, Европе и России (за компанию) падает — молоденькие плоские девчурки, которые заполнили подиумы столиц мировой моды, на все сто фригидны...

Я не буду развивать кастрационную тему, но не могу не сказать, что в США (откуда мир черпает модели для подражания) каждый год около **640000 женщин делают гистерэктомию (удаление матки)**.

Итак, общее положение вещей таково: пока девушка молодая, она более здорова, чем ее старшая конкурентка.

Для программы репродукции здоровье первично, а все, кто здоров, — красивы...

Я гарантирую Тебе и здоровье, и молодость, и красоту — просто присоединяйся к программе трансхединга. Немного усилий, и Твоя жизнь изменится...

Я специально разработал эту программу на простых схемах и принципах, она универсальна, и Ты можешь заниматься ею самостоятельно.

Каждый момент этой программы тщательно продуман и проработан.

Одна из целей трансхединга — здоровье нации, а **здоровье нации — это в первую очередь здоровье женщины...**

Совершенно искренне желаю Тебе удачи.

ТРАНСХЕДИНГ

Что такое трансхединг?

Общее название всей техники представляет собою объединение двух смыслов в одном слове — Transheading.

Trans — движение через какое-либо пространство, перемещение. Когда перемещается или изменяется сознание человека.

Head — голова.

Совмещая эти два понятия, мы получаем — **transheading — перемещение сознания, управляемое головой**; то есть сам человек по своему желанию вызывает нужное ему состояние и, что основное, сам его контролирует.

Именно в направлении контроля заключается существенное различие между трансматикой и трансхедингом.

В трансматике все наоборот: транс создает автоматическое движение, то есть программа поведения контролирует и человека, и его сознание.

В первой главе этой книги Я описал деструктивные программы, которые контролируют поведение человека. Мы уже говорили о возникающей зависимости — блок сексуальной энергии способствует сбою в работе органов репродукции. Вследствие этого возникает соответствующая деструкция, которая, в свою очередь, усиливает блок сексуальной энергии.

Эмоциональное состояние женщины в такой ситуации будет полностью негативным. Чем хуже эмоциональный

фон, тем более несчастной будет чувствовать себя женщина. Ситуация обостряется и тем, что **блок сексуальной энергии почти полностью исключает поддержку партнера**, поскольку именно близкий человек, на которого, казалось, бы она может рассчитывать, оказывается раздражителем номер 1...

Создается замкнутый круг, который состоит из ряда проблем, при этом одни проблемы создают другие. В результате этого женщина чувствует себя глубоко несчастной и обессиленной. Таким образом, возникают идеальные условия для ускоренного износа организма, что, собственно, говоря представляет из себя процесс старения.

Напомню симптоматику старения, которую медицина связывает с наступлением менопаузы:

- приливы жара и потливость;
- головные боли;
- повышение артериального давления;
- сердцебиения;
- **раздражительность и беспокойство**;
- **депрессия**;
- забывчивость и невнимательность;
- снижение интеллекта;
- **изменение полового влечения**;
- сонливость;
- **снижение физической выносливости, силы**;
- слабость;
- **сухость во влагалище и болезненность при интимной близости**;
- недержание мочи при физической нагрузке, смехе и кашле;
- учащенное мочеиспускание;
- **снижение эластичности кожи (морщины)**;
- выпадение и ломкость волос;
- боли в сердце как проявление его заболеваний;
- атеросклероз;
- **перераспределение подкожно-жировой клетчатки**;

- потеря прочности костей, уменьшение роста;
- потеря мышечной массы;
- снижение иммунитета;
- обострение хронических заболеваний...

Характерно то, что женщина не просыпается наутро, и... раз... и она старая...

Ничего подобного, **старение происходит постепенно, понемногу, изо дня в день.** Процесс становится заметным, когда в виде симптомов выходит наружу, при этом седина и морщины отнюдь не первые ласточки. Как мы уже говорили, начинается все с наличия программ, ускоряющих и сопровождающих этот процесс.

А уже в результате действия ускорителей появляются соответствующие симптомы.

Если взглянуть на список, то многие из этих симптомов может обнаружить у себя женщина любого возраста — даже до менопаузы...

Прошу обратить внимание на тот факт, что **ускорители можно обнаружить и у женщин с пониженной физической активностью, и у физически активных. У тех, кто не следит за весом, и у тех, кто следит...**

Вопрос: по какой причине это происходит?

Ответ: причина только одна — ни одна из существующих систем питания и тренинг-программ физического развития (шейпинг и т. д.) не настроены на погашение деструкции. Более того, зачастую «правильное» питание и система физических нагрузок, наоборот, поддерживает деструкцию.

Самый простой пример, когда с помощью физической нагрузки женщина усиливает действие блока сексуальной энергии. Изменение соотношения мышечной массы и подкожного жира всегда отражается на выработке гормонов, поэтому с помощью физических упражнений можно оказывать влияние на гормональный фон. Соответственно, женщина неосознанно может усиливать свою андрогенизацию...

Как Ты понимаешь, легко что-то сломать, когда не представляешь, как оно работает. Так вот, ни одна из существующих

ющих систем физической культуры и питания не отражает запроса женского организма. Все эти системы созданы людьми, которые **пытались решить локальные проблемы**, — отсюда однобокость результатов...

Тем не менее каждая из существующих систем представляет готовый инструмент воздействия. Зная как им пользоваться, Ты можешь использовать инструменты по-другому и с совершенно другими (потрясающими) результатами.

В этой части трансхединга Я даю общие рекомендации, как пользоваться основными системами трансхединга. К сожалению, объем одной книги не позволяет изложить подробно всю программу, тем не менее и данной информации вполне достаточно для остановки деструкции и восстановления до нормы...

В результате применения системы трансхединга процесс старения не только останавливается, но и те симптомы, которые уже имеются, исчезают.



Запомните: то состояние, которое принято называть молодостью, является естественным состоянием для здорового организма.

Впрочем, и старость тоже естественна — неестествен период в одну треть жизни, который она занимает. Какой прок от жизни, когда тело представляет собой «ржавую колымагу»? Если Ты богата, то деньги не доставят Тебе радости, если Ты не богата, то старость в отсутствие денег — это сущее наказание...

Когда Твое тело полно сил и здоровья, Ты в любом возрасте можешь наслаждаться активной жизнью, не смотря ни на что.

Выполняя в процессе трансхединга программу, состоящую из строго определенных действий, человек получает следующие результаты — физическое тело приобретает

энергию, силу, здоровье и красоту; тело разума — гармонию и счастье; социальное тело — освобождается от деструктивных воздействий внешней среды...

Как этого достичь, Я подробно расскажу, описывая трансединг физического тела и тела разума.

P.S. Учитывая, что слово «молодость» в нашем сознании носит явно выраженный возрастной отпечаток, то есть первую очередь указывает на возраст человека и только во вторую на его здоровье и энергию, то Я хочу ввести новое понятие.

Нам нужно слово, которое будет отражать отсутствие в организме симптомов старения и отличное состояние всех трех тел человека, при этом без всякой привязки к календарному возрасту.

Поскольку такое явление современным людям не известно, то и нужного слова Я не нашел, пришлось обратиться к истории. Если припомнить греческую мифологию, то всевозможные древнегреческие боги не старели — они фиксировали свой возраст в зависимости от собственного характера и комфортно пребывали в нем.

Поэтому для создания нужного мне термина Я решил использовать латинское слово **Део**, что в переводе означает «**бог, богиня**». В нашем случае Део будет означать вневозрастную категорию сочетания силы, энергии, красоты здоровья, счастья и гармонии. В общем, Део — это то, что приближает Тебя к состоянию богини, со всеми вытекающими...

Основы деструкции

Прежде чем идти дальше, давай вспомним, на чем строится абсолютно любая деструкция, возникающая на уровне физического тела (см. главу «Эффект Ороборо»).

Основа деструктора заключается в том, что **иммунная система не справляется с защитой организма**. В результате этого образуется «прорыв обороны» и возможность для размножения патогенных микроорганизмов.

Иммунная система — это лейкоциты, которые являются составной частью кровотока. Поэтому чрезвычайно важно, каким образом в разные периоды времени перераспределяется кровоток.

Все тело человека можно разделить на **три большие зоны**, которые в разное время по-разному снабжаются кровью:

1) **мозг (нервная система), сердце и легкие** — в норме снабжаются кровью более или менее равномерно, независимо ни от чего;

2) **системы органов пищеварения и органов репродукции** — под действием стрессора попадают на голодный паек, кровотоков в разы снижается (**для органов репродукции кроме стресса, связанного с сексуальным возбуждением**);

3) **мышечный каркас человека** — под действием стрессора кровотоков в разы повышается.

Ты слышала, чтобы мышечная масса человека болела? А другие органы?

Другие органы как раз и болят, включая сердце и легкие и даже мозг...

Если не брать всевозможные простуды и простудки, то основные заболевания женщин связаны с системой органов репродукции и пищеварения. Возникновение их зависит только от того, что под воздействием стрессора кровь уходит к мышцам.

В этот момент системы пищеварения и репродукции остаются без защиты и без кислорода. Организм так устроен, что в норме легко с этим справляется, но при условии забитого пищей и бактериями кишечника — увы...

Схема базовой деструкции подробно рассмотрена нами при описании эффекта Ороборо. Этот эффект имеет тенденцию к накоплению усталости — **чем дольше и продолжительней воздействие, тем скорее система защиты даст сбой** и образуется прорыв системы.

Как только такой прорыв случился, часть лейкоцитов должна «дежурить» на его устранении. Это значит, что общая система ослабнет еще больше.

Организм в результате изнашивается, то есть естественное старение, счетчик которого находится в яичниках женщины, ускоряется.

Таким образом, старение начинается в 25—30 лет, а старость занимает минимум одну треть жизни женщины.

В нашей реальности такое положение вещей является нормальным, тем не менее это не так, **симптом старости — состояние противоестественное**. Старость — это всего-навсего симптом общей социальной деструкции. Научившись воздействовать на причины симптома, Ты сможешь устранить и сам симптом.

Я уже говорил, что причин несколько, причем можно выделить две основные:

— **во-первых**, это внешние **стрессоры** — все они связаны с блокированием сексуальной энергии, страха и агрессии;

— **во вторых** — это **неправильное питание**, которое перегружает все системы жизнеобеспечения.

Попрошу не радоваться раньше времени простоте проблемы. Помни — простые вещи зачастую оказываются самыми сложными...

Научившись управлять программами-стрессорами и поменяв систему питания, любая женщина может «отключить» ускорители старения, однако придется потрудиться.

Система выстроена мною так, что практикующая трансхединг женщина по мере перенастройки деструкторов автоматически будет приближаться к следующему большому шагу...

Следующим шагом трансхединга является **замедление ооцитного таймера, в результате чего организм достигает состояния Део...**

Правило трех фаз

Чтобы научиться управлению стрессорами, надо понимать, как протекает весь процесс от начала до завершения. **Зна-**

ние правила трех фаз дает ключи к пониманию и управлению абсолютно любым стрессом.

Любое действие человека, независимо от того, осознано оно или нет, рассчитано на три фазы. Это **возбуждение, реализация, восстановление.**

Фаза реализации — это естественная основа всего процесса, думаю, понятно, что остальные две фазы являются вспомогательными.

Фаза возбуждения — это только **подготовка** к реализации, а конечная **фаза восстановления** — это тоже подготовка, только к следующей реализации. Прежде чем приступить к очередному циклу, организму нужно восстановить свои силы.

В обычной жизни мы не замечаем трех фаз, эти процессы размыты и неявно выражены, поэтому возьмем яркий и понятный пример из жизни наших диких предков.

Вот пример, иллюстрирующий реакцию на внезапно возникшую опасность. Дикий лес, появляется внезапная угроза жизни в виде крупного хищника, человек испытывает чувство страха (фаза возбуждения), бросится бежать (фаза реализации), а когда убежит, сядет отдыхать (фаза восстановления).

Все предельно ясно и понятно.

Разберем каждую из фаз.

1. ФАЗА ВОЗБУЖДЕНИЯ.

Это **информационно-подготовительная** фаза. На этом отрезке времени система (мозг) анализирует внешнюю информацию и принимает решение о выборе той или иной программы реализации. Соответственно, возбуждение связано с **повышением мозговой активности** — это значит, что на этой фазе лучше всего отображается.

Попрошу обратить внимание на этот момент, поскольку здесь находится ключ к улучшению умственных возможностей человека.

Фаза возбуждения интересна еще и тем, что именно здесь формируется и наиболее сильно ощущается управляющая человеком побуждающая эмоция.

Это значит, что если женщина чувствует любой из эмов возбуждения — сексуальное влечение, страх, агрессию, — то она находится на стадии возбуждения.

В зависимости от эма возбуждения система подбирает последующую реакцию реализации. Так, для сексуального возбуждения реализацией будет сексуальный контакт; для страха — убежание или переход на стадию агрессии и нападения; для агрессии — нападение.

При этом один управляющий эм (в зависимости от ситуации) легко превращается в другой. Сексуальное влечение легко переходит в агрессию, когда нужно побороться с конкуренткой; агрессия переходит в страх, если опасность увеличивается; страх превращается в агрессию, если убежать некуда и нужно защищать жизнь...

Легкость такого переключения объясняется очень просто — как мы уже знаем, в организме человека на фазе возбуждения идет один и тот же процесс — активация системы в направлении предполагаемого сверхусилия. Это значит, во всех случаях независимо от повода возбуждения в организме выделяется адреналин, который активирует работу сердца и легких, а также растворяет гликоген, превращая его в дополнительную глюкозу.

Кровоток при этом перераспределяется из зоны органов пищеварения и репродукции в зону мышечного каркаса человека.

Отметим эту особенность, поскольку именно отсюда начинается блокирующее действие всех деструкторов. Перераспределение кровотока на фазе возбуждения оставляет часть системы жизнеобеспечения организма (пищеварение, репродукция) на пониженном снабжении кислородом и глюкозой. Также в несколько раз понижается и защита этой области.

Но при нормальных обстоятельствах деструкция не может возникнуть по той причине, что за фазой возбуждения последует фаза реализации.

2. ФАЗА РЕАЛИЗАЦИИ.

Если дело доходит до фазы реализации, то активная физическая нагрузка, которая характерна для нее, приводит к тому, что кровоток во всей системе усиливается. И это усиление происходит не только за счет усиленной работы сердца.

Огромную роль в этом процессе играет **включение так называемого «мышечного насоса»**. Мышцы на стадии сокращения сжимают вены и буквально выталкивают «отработанную» венозную кровь назад к сердцу. Чрезвычайно важно и то обстоятельство, что вены системы органов пищеварения также действуют как часть общей резервной системы и сокращение их стенок увеличивает отток венозной крови.

В итоге, несмотря на перераспределение кровотока из зон органов пищеварения и репродукции, **активная работа мышечного каркаса дополнительно так разгоняет кровоток, что происходит некая компенсация в снабжении всего организма в целом и этой зоны в частности**. Так, активная работа мышц пресса в значительной мере компенсирует отток крови из области брюшины.

Если фаза реализации по той или иной причине не наступает, кровь отливает из этой зоны, но движения в мышцах нет, как нет и компенсации. Это значит, что кровоток усилится только за счет работы сердца — периферия будет реагировать застоем. Соответственно, зона оттока крови попадет под действие застоя, то есть кровь отсюда ушла, но никакой дополнительной циркуляции не намечается — ткани начинают задыхаться, возникает деструкция.

Итак, **фаза реализации — это фаза сверхусилия, на которой организм производит активную мышечную работу**. Вся активность организма переходит в зону мышечного каркаса, мозг при этом реализует наиболее простые программы действия.

Та или иная программа фазы реализации формируется на предыдущей фазе и с трудом меняется на другую.

Именно по этой причине бойцов-рукопашников тренируют до автоматического заучивания приемов. Не отрабо-

таннный до автоматизма прием в состоянии стресса (в бою) попросту вылетает из головы, и человек не может им воспользоваться.

Главное на фазе реализации — это движение: опасность на фазе возбуждения заставляла нашего предка или двигаться от нее то есть убегать либо проявлять агрессию и нападать.

Собственно говоря, вариантов реализации не так много:

- либо **проявляем агрессию и гонимся за добычей;**
- либо **убегаем от опасности;**
- либо **проявляем агрессию** и вступаем в бой с целью защиты жизни;
- либо реагируем на сексуальное возбуждение и **занимаемся сексом;**
- либо реагируем на сексуальное возбуждение и **вступаем в бой** за право быть именно с этим сексуальным партнером.

Как видишь, у нас есть три типа агрессивного поведения, один прямой способ избежать опасности и секс — всего пять вариантов реализации.

Но эти пять вариантов существуют только для двух тел человека — для тела разума и социума. Для физического тела существует только один тип реализации — последовательное сверхусилие, то, которое было запланировано на стадии возбуждения.

Другими словами, чтобы фаза реализации состоялась, тело человека должно испытать значительную физическую нагрузку. При этом нагрузка должна быть обязательно аэробного характера.

Как только тело начнет реализацию сверхусилия, человек попадает в зону внутренней гармонии — все системы, активированные на предыдущей фазе, преобразовывают полученную энергию в движение.

Таким образом организм не только очищает себя от избыточной глюкозы, но и прокачивает все системы жизнеобеспечения.

Поскольку процесс окисления глюкозы происходит с выделением значительного количества тепла (как при горении), то организм естественным образом прогревается изнутри. Усиленный в несколько раз кровоток промывает самые отдаленные участки тканей, ликвидируя в них деструктивные следствия застоя.

Одним из основных моментов является то, что потребление кислорода в разы возрастает.

Что это значит?

Кто помнит химию, тот знает, что все химические процессы в кислороде идут быстрее: **кислород — это своего рода допинг для нас**. Если подышать из кислородной подушки, то гарантировано позитивное ощущение прилива сил — так организм откликается на повышенное содержание в крови кислорода.

На фазе реализации организм получает естественную «прокачку» кислородом, в результате чего ликвидируются разрушительные последствия тех или иных деструкций. В условиях повышенного снабжения кислородом деструкции буквально сгорают в кислородной среде.



Внимание: из рекламы Тебе известно, какое позитивно-омолаживающее действие оказывает кислород на ткани кожи. Реализация — это единственный способ дать коже изнутри продышаться кислородом.

Прошу учесть, что в фазе реализации сосуды кожи расширяются и кровоток, а значит, и снабжение кислородом возрастает в три-четыре раза! Никакая кислородная ванна не даст такого эффекта, и уж тем более кислородсодержащий чудо-крем...

Есть и другой важный момент — глюкоза, сгорая в кислороде, распадается на углекислый газ и воду, горячая вода активно выходит наружу сквозь ткани кожи. При этом со-

здается эффект, который не снился ни одной сауне и СПА-процедуре, — **кожа промывается горячей водой (близкой к морской воде и плазме крови) изнутри.**

В результате кожа получает небывалый омолаживающий эффект.

Я не буду утомлять тебя детальным описанием всех процессов, происходящих в организме на фазе реализации*. Надеюсь, что сказанного вполне достаточно, чтобы понять, что сверхусилие — это единственный способ воспользоваться естественным допингом и нормализовать работу всей системы.

Хочу еще раз подчеркнуть, что сила и молодость — это норма для нашего тела, а деструкция в виде длинной старости — это как раз отклонение от нормы.

3. ФАЗА ВОССТАНОВЛЕНИЯ (релакса).

Фаза восстановления наступает сразу за фазой реализации. Наш мозг ощущает эту фазу как состояние расслабления — вознаграждение за проделанное сверхусилие...

Для того чтобы войти в привычный ритм работы, организму нужна пауза, во время которой растроченный ресурс восполняется.

Во время паузы сердце постепенно сокращает объем прокачиваемой крови до нормы, легкие начинают работать в обычном режиме, мышцы расслабляются.

Все перечисленное является только начальным восстановлением.

Полное восстановление включает в себя последующий после частичного восстановления прием пищи. Таким образом восстанавливаются потраченные на фазе сверхусилия запасы глюкозы, жиров, витаминов и микроэлементов.

Основным моментом фазы восстановления является перераспределение кровотока. После выполнения сверхуси-

* Реакцию сгорания энергии, запакрованной в виде жира, мы рассмотрим на примере конкретной техники.

лия кровь отливает из области больших мышц, и на этапе начального восстановления система возвращается назад к норме.

На второй части фазы (полное восстановление), которая начинается вместе с приемом пищи, происходит одно важное событие...

А именно — **инсулин открывает клетки мышечной ткани для насыщения глюкозой.**



Внимание: только после приема пищи, когда повышение уровня глюкозы в крови повышает концентрацию инсулина, мембрана мышечных клеток становится проницаемой для глюкозы.

Все остальное время, когда концентрация инсулина в крови незначительна, мембрана мышечных клеток для глюкозы непроницаема (за исключением фазы сверхусилия, когда глюкоза попадает в клетку без помощи инсулина).

Итак, на второй части фазы восстановления организм восстанавливает запас концентрата глюкозы (гликогена) в печени и тканях мышц.

При этом продолжается дальнейшее перераспределение кровотока — если на начальной стадии кровотоков входит в норму, то на стадии приема пищи кровь уходит из зоны больших мышц в зону органов пищеварения. **В зависимости от характера и объема пищи кровотоков в этой зоне увеличивается на 30–130%!**

Нетрудно догадаться, что приток крови увеличился ровно настолько, настолько увеличился ее **отток из других зон.**

Именно поэтому человек после правильной еды испытывает чувство сонливости, лени, нежелания двигаться и думать...

Забегая вперед, скажу, что лучше всего, чтобы фаза восстановления перешла в сон, поэтому (о ужас!) есть лучше всего непосредственно перед сном*.

Удивительный совет, не правда ли? Сколько есть на свете диеты, ровно столько диетологи всех мастей советуют делать как раз обратное — то есть ни в коем случае не есть перед сном.

Уровень таких советов говорит только об одном: люди, их дающие, попросту не представляют, какие процессы идут в организме...

В отличие от них Ты теперь знаешь, что к чему. Собственно, одно знание о трех фазах уже значительно упрощает жизнь.

Для лучшего понимания мы сформулируем правило трех фаз, это не сложно, поскольку совершенно понятно, что фаза восстановления наступает только в том случае, если есть что восстанавливать.

Это значит, что фаза восстановления не наступит, если нет фазы реализации.

Соответственно, фаза восстановления, наступившая без предварительной фазы реализации, восстановлением не является.

Таким образом, если энергия не потрачена на сверхусилие, а пища тем не менее поступает, то организм вместо восстановления попросту перегружается ненужной ему пищей.

Правило трех фаз: любой процесс, начатый на фазе возбуждения, должен перейти в сверхусилие на фазе реализации и закончиться расслаблением и наполнением энергией на фазе восстановления.

Это простое правило рассказывает нам только о том, что энергию, которую организм выделил на первой фазе, нужно израсходовать на второй и восстановить на третьей фазе.

* Сон — это конечная стадия восстановления, которая наступает вне зависимости от чего бы то ни было, поэтому ее мы будем рассматривать отдельно.

Нарушение этого правила приводит исключительно к тягостным последствиям.

Бешеный ритм современной жизни, о котором нам твердят СМИ, по большей части является сидением на заднице, то есть ритм присутствует, а реальное движение отсутствует. Современный человек может метаться по офису, или из офиса в офис, или между тусовками, но в основном перемещается не он сам, а информация.

Под ритмом в этом случае понимается то, что человеку надо успеть в несколько мест (зачастую одновременно), но для чего? Для обмена информацией...

Рассмотрев свой собственный ежедневный жизненный цикл и жизненные циклы окружающих, Ты без труда сможешь увидеть, что в нашей реальности отсутствует фаза реализации.

Пресловутый ритм жизни полностью исключает проявление фазы свержусилия.

Современный человек зависит на ментальной части фазы возбуждения. Информационный мир так устроен, что ментальное возбуждение заканчивается ментальной реализацией.

То есть процесс начинается с обмена информацией и обменом информации и заканчивается... Возьми армию менеджеров, продавцов, юристов, посмотри на обслуживающий персонал — разложи их деятельность по правилу трех фаз и сразу поймешь, что они почти постоянно находятся на фазе вялотекущего возбуждения.

Ментальная реализация, которую они получают, является псевдопроцессом, поскольку протекает в виртуальном пространстве социального тела человека и к реальной разрядке не имеет никакого отношения.

Соответственно отсутствие реализации приводит к накоплению напряжения и развитию соответствующих деструктивных стрессоров, о которых мы подробно говорили в первой части.

К сожалению, это еще не все — отсутствие фазы реализации блокирует фазу релакса, то есть без фазы свержусилия

человек не может получить полноценный отдых. В результате парадокс — современный **человек никак не может расслабиться, но он вроде и не напрягался...**

Нет, напрягался, перенапряжение в итоге получает его нервная система, что, как Ты понимаешь, чревато...

Дополняется все это системой принудительного питания. Поскольку фаза восстановления не наступает естественным способом, нас с детства обучают питаться не по желанию, а по времени — то есть мы обучены есть ради еды.

Отвечая на вопрос: «Есть, чтобы жить, или жить, чтобы есть?», для современного общества предлагаю такую трактовку: **«Есть, чтобы есть»...**

Надеюсь, Я достаточно Тебя просветил и мы можем перейти непосредственно к техникам трансхединга, изучая которые станет понятно, а что, собственно говоря, нужно делать?

При этом изучение техники естественного питания будет шагом номер два. Первый шаг, который следует принять, — это восстановление фазы реализации...

Структура трансхединга

В основе общей структуры трансхединга лежат следующие простые принципы: 1) по правилу трех фаз питание организма осуществляется только после выполнения сверхусилия;

2) любой сильный эм утилизируется с помощью сверхусилия.

Прежде чем перейти непосредственно к техникам, нам нужно понять, как структурировать привычный ежедневный жизненный цикл таким образом, чтобы не вступить в конфликт с собственным социальным телом.

Дело в том, что **человек изначально исключительно подвижное (как все приматы) существо**. Убедиться в этом Ты можешь на любой детской площадке — маленькие дети чрезвычайно подвижны. Именно поэтому школьники не любят уроки и обожают перемены.

Но куда эта подвижность девается?

Происходит та же история, что и с естественным питанием, — **подвижность искусственно ограничивается. Ребенка принудительно приучают сидеть на месте.**

Детский сад и общеобразовательная школа — это те социальные учреждения, которые приучали нас и приучают наших детей к сидению на заднице.

Десять лет (или даже двенадцать) школьного обучения — вполне достаточный срок, чтобы закодировать человека на малоподвижный образ жизни. Таким образом социум подготавливает нас к существованию на фазе возбуждения и блокирует фазу реализации.

Начинающему трансхедеру необходимо понимать, что современный человек ограничен в проявлении фазы сверхусилия не по собственному желанию, а потому, что его так приучили.

В этом сложность номер один — восстанавливая фазу реализации, Тебе придется столкнуться с сопротивлением, которое будет исходить от собственного социального тела.

Сложность номер два — это общий социальный ритм. **Твоя жизнь полностью синхронизирована с жизнью среды, в которой Ты существуешь.** Это значит, что (средний вариант) весь период дневной активности занят или учебой, или работой — фазой псевдовозбуждения.

Поскольку мы полностью зависим от среды обитания (социума), то с этим ничего не поделаешь. Коррективы можно внести в распорядок между социальной «повинностью» и сном.

Для упрощения излагаю распорядок в обратном порядке начиная со сна.

9. Сон.
8. Плюс=минус час релакса.
7. Еда.
6. Плюс=минус час — начальное восстановление (релакс).

5. Реализация — два часа, час — специальной аэробной физической нагрузки (сверхусилие).

4. Свободное время.

3. Фаза псевдовозбуждения — социальная фаза (работа, учеба и все такое).

2. Свободное время.

1. Пробуждение ото сна.

Для начала нужно определить время, в которое Ты обычно засыпаешь, и отнять от него плюс-минус час на состояние релакса. Время начала сна минус час — это время, когда заканчивается прием пищи (около 30 минут).

Между едой и фазой реализации полчаса-час на начальное восстановление. И соответственно час-два на реализацию.

Всего от трех до пяти часов. Временные промежутки изменяются в зависимости от ощущений.

При естественном дефиците времени время на реализацию можно сократить за счет усиления нагрузки.

Если по тем или иным причинам Ты отказываешься от фазы реализации, то нужно отказаться и от еды, впрочем, можно ограничиться «травянистым» салатиком.

Еще нужно помнить, что **техника сверхусилия выбирается в зависимости от ведущих эмов, которые вспыхивали (или тлели) на фазе дневного псевдовозбуждения.**

Техники реализации

Подготовка

Абсолютно любое переживание (управляющий эм), которое человек испытывает на стадии псевдовозбуждения, является зацикленным. Это значит, что **нормальное возбуждение столько не длится, поскольку почти сразу реализуется.**

Ненормальное возбуждение менее ярко и более длительно — такие эмы могут иметь значительную протяженность во времени и создавать затяжные деструктивные состоя-

ния — тлеть. Такие эмы в дальнейшем будем называть **тлеющими**.

Кроме тлеющих эмов, на фазе псевдовозбуждения могут встречаться и яркие вспышки страха и агрессии, которые характерны для открытых конфликтных столкновений (**яркие эмы**).

В зависимости от того, какие эмы воздействия преобладали на фазе дневного псевдовозбуждения, мы будем выбирать ту или иную технику сверхусилия.

Если эм был ярким, то сжигать его будем с помощью вспышки, если тлеющим, то и нагрузка будет соответствующим образом распределена во времени. Подготавливаясь к фазе реализации, необходимо четко **отмечать и запоминать свои дневные эм-состояния**.

Кроме яркости необходимо классифицировать состояние по трем возможным направлениям, по которым может распространяться возбуждение, — страх, агрессия, сексуальное возбуждение*.

Как мы говорили, псевдовозбуждение никогда не реализуется — страх и агрессия превращают возбуждение в деструкцию. Мы эту деструкцию будем сжигать с помощью сверхусилия, которое выберем в соответствии с эмом деструкции.

Таким образом, от страха мы будем убегать, а агрессию — догонять. Таким образом, на стадии реализации мы будем применять специальные — медитативные — техники бега.

Поскольку у нас есть один прямой способ реализации страха (избежать опасности) и три типа агрессивного поведения, то для реализации агрессии кроме бега у нас будут и другие техники.

Рассмотрим все техники реализации подробно.

Бег

Бег — это первая техника фазы реализации, которую следует освоить. Дикое животное при виде опасности убегает,

* В деструктивной норме взрослый человек среднего возраста сексуальное возбуждение почти не испытывает, его замещают страх и агрессия. Поэтому о нем мы будем говорить отдельно.

а хищник догоняет и убивает добычу. Исходя из этого можно понять, что бег — это естественная составляющая практически любой программы реализации.

Конечно, можно использовать абсолютно любую (из известных) техник бега. Ты можешь начать с обычных пробежек, вставляя их в свой ежедневный цикл пятым пунктом. Тем не менее гораздо лучше будет, если Ты с первых занятий начнешь разучивать специальные техники, которые привязаны к дневной фазе возбуждения.

Эти техники от обычной пробежки отличаются тем, что гораздо эффективней снимают перегрузку нервной системы. Каждому из нас знакомо состояние усталости, которое возникает в конце рабочего дня.

Но нагрузки на физическое тело не было — усталость говорит о том, что нагрузка была, но не на мышцы, а на нервную систему. Мозг из-за этого начинает экономить силы и стремится еще больше ограничить подвижность человека.

Поверь, как только Ты начнешь активно заниматься, система посопротивляется и перенастроится таким образом, что вскоре организм сам начнет требовать нагрузки...

Это понятно: для Твоего организма получить сверхусилие — это единственный способ снять деструктивную перегрузку.

Воспроизведение

Итак, фаза реализации начинается с того, что необходимо выделить наиболее тягостное из дневных эм-состояний. При этом воспроизводится мыслепоток, который это состояние сопровождал. Мы так устроены, что наши мыслеобразы вызывают соответствующую эм-реакцию. Таким образом, прежде чем приступить к генерации сверхусилия, Ты производишь деструктивный эм, тот, который необходимо сжечь.

Организм при этом выделяет нужный тебе допинг — адреналин, прокачивает легкие, ускоряет работу сердца, пе-

пераспределяет кровоток, увеличивает содержание глюкозы в крови — в общем, готовится к получению нагрузки.

Перед началом движения необходимо мысленным взором проследить за этими изменениями.

Сверхусилие

Как мы говорили, выбор сверхусилия зависит от деструктивного эма.

а. Если это эм **страха**, то рекомендуется представить свой страх в виде конкретного монстropодобного существа, которое гонится за тобой и от которого Ты убегаешь.

В случае если эм был ярким, то убежание будет состоять из резких, активных рывков (50–100м) с последующим отдыхом (в идеале около 1 минут). Мыслеобраз монстра в этом случае внезапно возникает за Твоей спиной (или перед Тобой), **Ты резким рывком отрываешься от него**. Прделав несколько таких рывков, переходишь на медленное, окончательное убежание. Начальная фаза техники выполняется до тех пор, пока деструктивный эм не сотрется, после этого переходишь к заключительной фазе — генерации ощущения силы.

Как только деструктивный эм стерся и потерял возбудяющую актуальность, **переключаешь внутренний взор на процессы идущие в организме** — обязательно смотришь, как работает сердце, как кровь, проходя через область дыхания, обогащается кислородом, как вымываются остатки гликогена из печени и дополнительная глюкоза попадает в кровь, как кровь омывает мышцы и как глюкоза сгорает в кислороде, высвобождая энергию солнца*, как продукты распада (вода и углекислый газ) выходят из организма через кожу и выдох, как поры кожи раскрываются и она оживает...

Дыхание при этом должно быть ровным и глубоким.

* Попрошу обратить особое внимание на момент поглощения клетками тела солнечной энергии — это и есть конечный и основной момент в цикле питания, то есть энергия наконец достигла своего конечного пункта назначения.

На вдохе Ты видишь, как кислород насыщает все уголки тела, на выдохе — как тело покидают продукты распада (можешь выдыхать остатки деструкции).

В случае если эм страха был тлеющим, техника выполняется в том же порядке, но без фазы резких рывков, мислеобраз в этом случае может носить **характер длительной угрозы, которая только идет по твоему следу**. От нее нужно обязательно оторваться, поэтому выполнение техники имеет характер длительного убегания.

Все остальное выполняется как сказано выше.

б. Если это эм **агрессии**, то он трансформируется в мислеобраз некоего травоядного парнокопытного. Твоя агрессия при этом трансформируется в азарт охотника, голодного хищного зверя — ничего личного, просто способ питания: чтобы поест, нужно догнать и умертвить добычу.

Выполняя эту технику, Тебе необходимо создать ментальную оболочку хищника и, соответственно, вжиться в нее. Для лучшей визуализации рекомендую просмотреть соответствующие документальные фильмы, например об охоте львов или гепардов.

Предмет дневной агрессии соответственно помещается в оболочку парнокопытного объекта охоты и утилизируется путем ментального пожирания.

То есть настигнув жертву, Ты имитируешь поведение хищника, а именно перегрызаешь жертве горло и пожираешь ее...

Наиболее важный момент — удача на охоте вызывает ощущение наслаждения, необходимо научиться это чувствовать.

При этом пик эмоции приходится на момент полного овладения жертвой.

Если описывать эту эмоцию, то можно сказать, что это момент полного нечеловеческого — животного восторга, схожий по силе с преддверием оргазма...

Соответственно если эм агрессии был ярким, то техника выполняется мощными быстрыми рывками на пределе

возможностей. Таких рывков должно быть от восьми и по ощущениям.

Для тлеющего эма выбирается длительное преследование, когда хищник километр, два, три (в зависимости от Твоей физической формы) идет по следу. В конечной стадии этой формы техники бега добыча оказывается в пределах досягаемости, следует выполнить резкий рывок и настичь ее.

Заключительная фаза выполнения техники совпадает с генерированием **ощущения силы**, которое в данном случае базируется на **эйфории восторга**, возникающей при полном **овладении жертвой**.

На пике ощущения силы необходимо внутренним зрением осмотреть все физическое тело изнутри и увидеть, как тело поглощает энергию солнца, полученную из глюкозы и жира.

Очень часто меня спрашивают: что делать, если нужный образ не приходит? Самое простое в этом случае — остановиться, быстро посмотреть на любой источник света и зажмурить глаза. Свечение, которое возникнет при этом, переносится при помощи внутреннего взора в нужную область тела.

Нужно понимать, что техника внутреннего взора — это всего-навсего еще один способ получить информацию. Через некоторое время внутренний взор настроится сам по себе и начальные сложности незаметно пропадут.

Выполняя это упражнение, Ты сможешь развить свой внутренний взор вплоть до того, что при желании сможешь видеть изнутри не только свое тело, но и тело любого другого человека.

Экзоскелет

Создание энергетического кокона

Экзо — от греческого ехо — вне, снаружи. Под экзоскелетом обычно понимается внешний скелет членистоногих (насекомых, крабов и т. п.).

Мы будем использовать этот термин для обозначения нескольких техник, цель которых — реализация двух типов агрессивного поведения, тех, которые не зависят от чувства голода.

Как помнишь всего есть три типа агрессивного поведения:

1. реализация чувства голода по схеме хищник—добыча;
2. агрессия в бою с целью защиты жизни своей (и/или близких);
3. состязание за право быть именно с этим сексуальным партнером.

Защитная и состязательная агрессия реализуются с помощью техник создания экзоскелета.

Хочу заметить, что это второй этап подготовки трансхедера, на первом этапе нужно научиться любое возбуждение реализовывать с помощью соответствующей техники бега.

Итак, в нашем случае экзоскелет будет представлять **сочетание внешней ментальной оболочки** вокруг тела женщины с **непосредственно мышечным каркасом, защищающим тело.**

Начнем с того, что мышцы создают естественную внешнюю защиту нашего тела. Мы заинтересованы в том, чтобы подготовить эту оболочку соответствующим образом.

Это значит, что **мышечный каркас должен выдерживать определенные силовые и ударные нагрузки;** помимо этого, от мышц требуется определенная **эластичность.**

Комплекс создания физического экзоскелета будет включать в себя упражнения, которые способствуют развитию соответствующих качеств.

В свою очередь, комплекс создания ментального экзоскелета состоит из тех упражнений, которые помогают создать соответствующий **виртуально-информационный кокон.**

Внимание — все упражнения, развивающие экзоскелет, всегда начинаются с генерирования **защитной или constitutive агрессии**, по мере выполнения упражнения **ощущение агрессии замещается ощущением силы**.

Обязательное требование — упражнение выполняется интуитивно, то есть заученные движения не применяются, тело должно двигаться спонтанно.

Базовое упражнение состоит из множественной нагрузки, которая на своем пике соответствует максимальному чувству агрессии (силы). Соответственно на фазе максимального расслабления Ты будешь ощущать удовлетворение.

При выполнении упражнения резкое мышечное напряжение сменяется фазой мгновенного расслабления — в результате все упражнение представляет собой **хаотический цикл поочередных нагрузок и расслаблений**.

Нагрузка при этом может быть совершенно разнообразной.

Начинать следует или с кистей рук, или мышц лица. Если упражнение начинается с лица, то позволь лицу выразить соответствующий эм агрессии.

Резко доведи напряжение до максимума и одновременно расслабь напряженную группу мышц.

И сразу за этим напряги мышцы заново — при этом, **выполняя каждый цикл напряжения-расслабления, позволь напряжению в хаотическом порядке распространяться на новые группы мышц** таким образом, пока не будет задействовано все тело.

Позволь сознанию медленно отключаться, а телу выполнять немислимые хаотические движения — руки могут описывать круги, восьмерки, выполнять хватательные и ударные движения...

Тело может спонтанно извиваться, выгибаться и вытягиваться, можно кувыркаться и кататься по земле (полу), прыгать и выполнять вибрационно-встряхивающие движения.

Трансхедер, выполняющий это упражнение, постоянно перемещается в пространстве и крутится вокруг себя — таким образом формируется соответствующий внешний энергетический кокон.

Если упражнение выполняется правильно, то во время выполнения Ты будешь ощущать в разных частях тела ощущения приятного жжения, холода, жара, покалывания и/или мурашки...

Выполнение упражнения следует прекратить, руководствуясь общим ощущением. Если после выполненного упражнения чувствуется расслабленность на уровне приятно-го бессилия, то упражнение выполнено верно.

Вспомогательное упражнение по созданию виртуального защитного энергетического кокона. Попрошу учесть, что никакой мистики здесь нет — тело запоминает, как оно двигалось, а мозг совмещает траектории движения с соответствующими эмами и мыслеобразами. В результате создается блок памяти, содержащий информацию о ближнем слое пространства, где Твое тело знает все необходимые ему траектории, которые оно может задействовать в случае опасности.

Таким образом, независимо ни от чего создается нарастающее состояние внутренней силы и уверенности.

От базового упражнения вспомогательное отличается тем, что **двигательный хаос выполняется медленно и более расслабленно**. Сознание более всего концентрируется на внешнем пространстве и на ощущении энергии силы, которое из рук и тела как бы вливается в окружающую Тебя оболочку.

Второе вспомогательное упражнение, облегчающее вход в общую технику (выполняется лежа). Спокойно ложишься в любимую постельку, принимаешь прямое положение — руки вдоль тела, и начинаешь фазу напряжения (либо с лица, либо с мышц). Параллельно генерируешь эм небывалой силы, которая переполняет Тебя.



Внимание: лежать нужно неподвижно, напрягаются только мышцы.

Как только напряжение достигло максимальной точки — расслабляешься, на фазе расслабления генерируешь ощущение релакса.

Ты можешь ощутить прилив оргазмической энергии — это нормально.

Выполнив несколько фаз напряжения-релакса, можешь поэкспериментировать с темпом.

Поучись переключаться с резкого пульсирующего цикла на более мягкий и длительный... или, например, резкое напряжение может закончиться мягким расслаблением и наоборот.

Эта технику можно между делом выполнять за 15 минут перед сном.

Особенно рекомендуется тем, у кого проблемы с засыпанием.

Мышечный экзоскелет — молодость кожи

Техника, придающая мышцам особую эластичность и невосприимчивость к ударам. Важнейшая техника для создания Део мышечных тканей, а также кожи. Другими словами, выполнение этой техники предотвращает старение кожи и реанимирует ее, если процесс старения уже идет.

Ты безусловно помнишь, что на фазе реализации кровотока в коже многократно увеличивается, в результате кожа не только получает повышенное питание, но, что более важно, насыщается кислородом.

Есть способ еще больше усилить эти процессы. Эту возможность даст нам техника создания физического экзоскелета.

Базовый вариант выполнения этой техники состоит из трех фаз. В первой фазе с помощью любой из вышеприведенных техник бега осуществляешь перераспределение

кровотока к мышцам и коже. При этом выполнение беговой нагрузки прекращается, как только на лице появляется характерный здоровый румянец. Другим параметром, на который следует ориентироваться, является обильное потоотделение.

После этого выполняешь вторую фазу техники. Упражнение представляет из себя хлопково-шлепковый массаж всего тела.

Для его выполнения изначально необходимо расслабить кисти рук. Для этого кисти несколько раз энергично встряхиваются. При встряхивании нужно моделировать образ энергии, которая поступает в область кистей.

После этого все тело необходимо несколько раз тщательно прохлопать — шлепки выполняются таким образом, чтобы после шлепка оставалось ощущение жжения. Упражнение выполняется около 5-15 минут. После выполнения упражнения должно остаться ощущение, что кожа горит.

Заключительная, третья фаза техники — это продолжение бега. При этом **генерируются ощущения силы и эйфория восторга, эти мыслеобразы как бы пропитывают твою кожу.**

При этом Ты дышишь так, что вдох и выдох как бы проходят через кожу. При правильном выполнении в тканях кожи ощущается сильная пульсация. Для начинающих входить в такое дыхание нужно с кожи лица.

Как только базовый вариант выполнения техники Тобой будет освоен, необходимо будет освоить ее полный вариант.

Полный вариант техники создания физического экзоскелета представляет собой длительный бег, который прерывается на короткие массажные паузы (1–2 минуты).

Таких пауз должно быть несколько, каждая из них рассчитана на определенное воздействие, которое осуществляется на разную глубину экзоскелета:

1. **Шлепки, хлопки** — поверхность кожи, стимулируются процессы в верхних слоях;

2. **Щипки** выполняются как двумя пальцами, так и всей ладонью, стимулируют глубокие процессы вплоть до под-кожно-жировой клетчатки;

3. **Простукивания** — несильные глубокие удары, выполняются сжатой в кулак кистью — воздействие достигает мышечной ткани (при этом кожа как бы расплющивается между мышцей и рукой).

Полный цикл выглядит так: бег — шлепковый массаж — бег — щипковый массаж — бег — ударный массаж — бег.

В идеале массажное воздействие выполняется на открытой коже, но, учитывая, что бегать рекомендуется на свежем воздухе, то массаж можно делать через тонкую одежду.

Если массаж делается через одежду, то шлепковое воздействие необходимо продублировать дома на открытой коже.

Продвинутый вариант выполнения техники физического экзоскелета выполняется не чаще одного раза в две-три недели и только в сочетании с нулевым питанием.

Через некоторое время тренировок по обычному варианту Ты сможешь мысленным усилием управлять перемещением своего кровотока. Тебе достаточно будет воспроизвести ощущение приятного жжения и наполнения кожных покровов энергией, как организм отреагирует на команду и перераспределит кровоток.

Как только Ты научишься так делать, можешь включать в фазу реализации следующую нагрузку.

Продвинутый вариант техники включает в себя все те же фазы массажа, но перераспределение кровотока выполняется за счет умственного усилия, а не за счет бега.

Массажное воздействие выполняется не руками, а с помощью подручных средств, а именно:

- 1) веник из древесных прутьев (тщательно высушенный и отшлифованный);
- 2) веник из тонких (2–3 мм) металлических прутьев (нержавейка);
- 3) отдельные древесные прутья разной толщины;
- 4) толстая (в палец толщиной) веревка, сложенная вдвое;
- 5) толстая цепь (полтора пальца толщиной);
- 6) палка (от 1 м, полтора пальца толщиной).

Массаж выполняется по нарастающей или самостоятельно, или с помощью партнера.

Если помогает партнер, то можно лежать, в этом случае сначала массируется спина, затем передняя часть тела.

Массаж начинается с легких, почти невесомых постукиваний веником из деревянных прутьев, постепенно и плавно частота и сила постукиваний возрастает. Боль при этом не должна чувствоваться — Ты ощущаешь тепло, переходящее в жар, жжение, холодок, мурашки, пульсацию и т. д.

Ощущения нарастают по мере усиления воздействия. Веник из деревянных прутьев нужно поменять на веник из металлических прутьев, его, в свою очередь, на отдельный прут, потом идет толстая веревка, цепь, и заканчивается массаж палкой...

Мышцы при этом статически напрягаются в такт ударной пульсации, эта специфическая нагрузка со временем способствует особой тренировке мышечного каркаса. В результате защитная способность экзоскелета многократно возрастает.



Внимание: к полному курсу надо подходить постепенно, для начала достаточно будет базового варианта.

Для массажа лица используются специальные мини-венички из тонких серебряных (или нержавеющей) прутков и маленького валика с шипами.

Массаж лица выполняется по той же схеме, за той разницей, что глубокие воздействия выполняются руками (щипки, постукивания пальцами). Впрочем, можно ограничиться более длительным массажем с помощью веничка и последующим тщательным прокатыванием валиком с шипами.



Внимание: если покраснения кожи держатся более суток, то массаж выполнен неправильно. Тем более не должно оставаться никаких синяков.

Отдельно хочу подчеркнуть, что **продвинутый вариант укрепления экзоскелета выполняется вместе с нулевым питанием** — это обязательное условие. Кишечник и желудок должны быть свободны от пищевого конгломерата и отходов пищеварения.

Только в этом случае гарантирован стопроцентный эффект. Мы учитываем то, что глюкоза не горит в мышцах с такой интенсивностью, как при беге, за счет этого через кожу может пройти максимальное количество крови. Но, уводя кровоток из центра организма, мы должны быть уверены, что в кишечнике нет условий для развития патогенных микроорганизмов.

В противном случае организм будет получать противоположные сигналы и уход лейкоцитов из центра будет не к месту и даже вреден. Поэтому данную технику можно выполнять только в условиях, когда Ты полностью здорова.

Соответственно следует воздержаться от проведения техники в период месячных и овуляции.

Выполнение техники особенно рекомендуется тем женщинам у кого кожа уже начала увядать. Выполнение вышеуказанных техник восстановит функции кожи, и процессы увядания обратятся вспять.

Если проблемы с кожей уже отражаются на лице, то рекомендуется совмещать эту технику с начальной техникой, которую можно выполнять два-три раза в неделю.

Дыхание

Мы дышим автоматически, нам не нужно задумываться для того, чтобы сделать очередной вдох воздуха. Выполняя ту или иную технику реализации, рекомендую отойти от автоматического дыхания и перейти к осознанному.

Осознание процесса дыхания заключается в первую очередь в понимании того, что, вдыхая воздух, Ты обеспечиваешь доступ кислорода в свой организм.

То есть кровь, проходя через область легких, насыщается кислородом. Чем выше скорость и объем кровотока, тем больше кислорода получают ткани тела, чем ниже кровоток, тем меньше кислорода в тканях.

Чем меньше кислорода, тем хуже в этих тканях обмен веществ, что ведет к застою крови. Например, когда Ты находишься на работе или учебе в институте (школе), приходится много сидеть, в это время тело вынужденно сохранять неподвижность. Это значит, что многие ткани почти не дышат; прочувствовать, что там происходит, можно следующим образом — задержи на минуту дыхание и сразу поймешь, что Я имею в виду, когда говорю о том, что ткани тела задыхаются...

Единственно возможный способ «принять кислородную ванну», то есть насытить тело кислородом, — это переключить мышцы на реализацию в режиме сверхусилия.

Соответственно, поэтому лучше всего технику реализации проводить на свежем воздухе, а не в помещении.

Прежде чем перейти непосредственно к описанию дыхательных техник, хочу ответить на вопрос, который очень часто возникает у тех, кто только начал занятия. Чаще всего меня спрашивают, что делать, если человеку не хватает дыхания и он задыхается?

Если во время проведения реализации дыхание приобретает рваный ритм и возникает ощущение нехватки воздуха, значит, нужно остановиться и через силу сделать несколько (до десяти) максимально медленных и максимально глубоких вдохов. Выдыхать рекомендуется более медленно, чем вдыхать. Глубина выдоха контролируется мышцами живота, поэтому при выдохе живот максимально втягивается и как бы обжимается.

Таким образом снимается спазм с диафрагмы. После снятия спазма продолжай выполнять технику реализации. Необходимо знать, что нормальным образом легкие могут снабжать организм кислородом даже с запасом, «задыхание» возникает не из-за легких, а из-за сердца. Нетренированное сердце не успевает прокачивать кровь. В результате человек, привыкший сидеть по восемь часов в день, даже после небольшого подъема по лестнице начинает задыхаться.

Тренируй сердце.

Техники дыхания в трансединге

Таких техник несколько, и выбор зависит от того эма, который Ты используешь для фазы короткого возбуждения и фазы начальной реализации.

Если это агрессивный эм, то и дыхание выполняется агрессивно.

Агрессивное дыхание

Выполняется резко и энергично. Несколько активных довольно коротких, но глубоких вдохов и выдохов сменяются длинными. Потом следует повторение. Некоторое время короткие вдохи и выдохи чередуются с длинными.

Выполняя короткую фазу, нужно ощущать состояние «взвода» и максимальной агрессии.

Паническое дыхание

Паническое дыхание отличается от агрессивного только тем, что короткие вдохи и выдохи выполняются учащен-

но и неглубоко (поверхностно). Это дыхание тревоги и страха.

Дыхание силы

Это несколько максимально глубоких, с расширением грудной клетки и округлением живота вдохов и резких силовых выдохов. При этом на выдохе плечи несколько сворачиваются внутрь, а пресс резко и с небольшой фиксацией напрягается. Внимание концентрируется внизу живота. Главное в силовом дыхании — это энергичность и резкость выполнения.

Дыхание силы выполняется, когда резко необходимо подготовить организм к фазе реализации. Когда Ты им овладеешь, сможешь использовать его для переключения эмоций. С помощью выполнения этой дыхательной техники Ты сможешь превращать эм страха и эм агрессии в ощущение силы.

Восстановительное дыхание

Выполняется в конце фазы реализации. Это медленные, глубокие, длинные вдохи и медленные и глубокие выдохи, по мере выполнения интенсивность постепенно снижается. На конечной стадии дыхание становится столь же ровным и спокойным, как у спящего человека.

Для того чтобы овладеть этой техникой, нужно посидеть рядом со спящим и подышать в такт с ним. Параметры дыхания запоминаются.

Нужно сказать, что во сне человек дышит особым способом, а тело его максимально расслаблено.

Питание. Прощай, жир

Когда мы думаем о питании, мы считаем, что питание — это та пища, которую мы едим. И скорее всего, мы не думаем о питании как об энергии, которую получает наше тело.

В трансхединге питание — это в первую очередь энергия, необходимая организму. Для чего она нужна? Только для того, чтобы ее тратить.

Итак, питание становится таковым только тогда, когда глюкоза попадает внутрь определенной клетки организма. Если глюкоза не попадает в клетку, то это не питание — это пустая деструктивная нагрузка на организм.

При каждом приеме продуктов внутрь нужно отчетливо понимать, что если фазы реализации не было, то энергия, находящаяся внутри мышечных клеток в виде глюкозы, не израсходована.

Значит, глюкоза после еды не попадет в клетку, а это деструкция. Глюкоза превратится в жир, причем в тот, который не нужен организму.

Какой из этого следует вывод?

Да самый что ни на есть простой — если фазы реализации не было, то в клетках есть запас энергии и в приеме продуктов внутрь нет никакой необходимости.

В связи с этим возникает закономерный вопрос: а каким запасом прочности вообще мы располагаем? Сколько времени человек может прожить без того, чтобы принимать внутрь продукты?

Ответ будет такой: нормальный средний человек вообще без пищи (но с условием, что есть вода) может прожить, плюс-минус денек-другой, сорок дней!

Итак, в норме мы располагаем запасом энергии на целый месяц. При этом мы неустанно ежедневно едим и ведем сидячий, изредка — ходячий образ жизни, то есть совсем не тратим энергию.

В трансхединге ничего подобного не будет — первым делом мы сожжем (используем) отягощающие тело запасы жира, вторым научимся потреблять ровно столько энергии, сколько планируем потратить. Например, трансхедер не ест до тех пор (день, два, три), пока не израсходует то, что съел накануне.

Но об этом позже, давай все по порядку.

Минусовое питание

Это питание, которое рассчитано на то, что организм получает меньше энергии, чем расходует. Поэтому организм

вынужден прибегать к своему неприкосновенному запасу, то есть сжигать жиры.

Чтобы контролировать этот процесс, необходимо обзавестись достаточно точными весами (погрешность взвешивания не более 100 г). Взвешиваться надо перед сном и утром после освобождения организма от кала и мочи.

Также необходимо взвешиваться перед фазой реализации и после; до еды и после.

Взвешивания нужно проводить или без одежды, или в одной и той же одежде. При этом количество жидкости должно быть по возможности одно и то же. Пить также желательнее в одно и то же время.

Ты делаешь все правильно, если все показатели при взвешивании на следующий день хоть ненамного, но меньше, чем в предыдущий. Если вес стоит или растет, то порцию продуктов для еды нужно сократить.

Хочу заметить, что **вся пища, которая требуется организму в течение дня, весит 520 г** и по объему помещается в **два 250-граммовых стакана** (а Ты сколько ешь?).

Соответственно, при минусовом питании необходимо принимать не более 400 г, продуктов в день, при этом животные жиры по возможности исключаются, а количество пищи, содержащей углеводы, сокращается до **250 г** и включается в меню на каждый четвертый день.

250 г — это стакан риса, гречки или любой другой крупы. Никакого сахара, конфет, хлеба и макарон.

Все три предыдущих и три последующих дня нужно питаться преимущественно на белковой базе. Расчет ориентировочно такой: принимать надо не более 400 г белкового продукта в обязательном сочетании со 100 г овощного салата.

Белковой базой при этом должны служить рыба, нежирный творог (можно добавлять сметану).

Мясо нужно есть каждый третий день. Виды мяса надо обязательно менять, как и способы готовки. Мясо нужно есть обязательно, по той простой причине, что именно в мясе содержатся незаменимые аминокислоты и стимуляторы роста.

Если Ты ешь мясо, то салат нужно съесть обязательно.



Внимание: нужно обязательно помнить, что белки изначально перевариваются в кислой среде желудка, углеводы — в щелочной среде кишечника. Чтобы исключить сбраживание, лучше всего не смешивать одни продукты с другими, то есть придерживаться известных принципов раздельного питания.

Если питание правильное, то пища не задерживается ни в желудке, ни в кишечнике. При минусовом питании в организме существует постоянный энергетический запрос, поэтому пища переваривается исключительно быстро. Если вечером перед сном трансхедер поел, то к утру пища переварена и усвоена организмом.

Показателем того, что стратегия питания правильная, является утреннее опорожнение кишечника. В результате такого питания необходимая для жизнедеятельности энергия поступает в организм, при этом в течение дня кишечник освобожден от полупереваренной каловой массы.

Соответственно нет и среды для размножения полимикробных ассоциаций, которые обожают зону кишечника. Раз так, то защитная энергия организма в виде лейкоцитов может распределяться по всему организму. Таким образом, иммунитет возрастает настолько, что женщина вообще перестает болеть и обретает абсолютное здоровье.



Внимание: одна из основных особенностей питания состоит в том, что прием продуктов внутрь происходит один раз в день, обязательно перед сном. Подвижность человека в эти часы максимально ограничена, и, соответственно, перераспределение кровотока в область кишечника никак не повлияет на защитную энергию организма. Исповедуя

трансхединг в питании, человек дает возможность организму сконцентрироваться на переваривании пищи.

Кроме этого, Тебе необходимо помнить, что после каждой еды инсулин открывает клеточные мембраны для проницаемости глюкозы. Это значит, что глюкоза может попасть в мышечную клетку только после еды. Все остальное время глюкоза в клетку попасть не может, поскольку концентрация инсулина в крови достаточно низкая.

Но есть одно важное но — в процессе реализации сверхусилия глюкоза вновь может попадать в клетку без всякого инсулина.

Это важные моменты, которые необходимо запомнить — клетки мышц питаются (получают энергию в виде глюкозы) два раза:

- 1) сразу после еды;
- 2) на фазе реализации сверхусилия.

На что же в течение дня расходуется глюкоза, которая в виде гликогена хранится в печени и постепенно поступает в организм?

Оказывается, клеткам нервной системы и мозга не нужен инсулин для того, чтобы пополнить свои запасы энергии. Поэтому в течение дня глюкоза питает мозг и нервную систему человека. Но не мышцы.

При нормальной, среднестатистической подвижности запаса глюкозы после одного приема пищи хватает на восемь — десять часов.

Если глюкозы не хватает, то организм переходит на более энергоемкое топливо — жиры.

Еще один важный момент — если фаза реализации сверхусилия по времени длится больше одного часа, то на втором часу в клетках мышц начинают гореть жиры. Поэтому график занятий нужно выстраивать так, чтобы фаза реализации длилась более часа.

Впоследствии со временем организм перенастроится таким образом, что в момент реализации будет использовать только жиры и почти не трогать запас глюкозы, который и так невелик. Такой обмен веществ, например, существует у профессиональных спортсменов.

Это подобно переходу с семьдесят второго бензина на девяносто восьмой.



Внимание: трансединг — это обязательное сочетание питания и реализации, энергия, поступающая в организм, должна использоваться по назначению.

Нулевое питание

Одним из вариантов минусового питания является его нулевой вариант. Это когда минус в получении энергии осуществляется за счет того, что продукты извне в организм вообще не поступают. Это, конечно, совершенно не значит, что клетки перестают питаться.

Питание клеток происходит, но за счет веществ, поступивших в организм ранее и отложенных им про запас — на черный день.

Учитывая то, что черный день в нашей реальности не наступает никогда, запасы не только хранятся вечно, они еще и увеличиваются.

Соответственно в дни нулевого питания организм получает возможность использовать запасенную энергию и хорошенько «почистить» себя. Что значит почистить? Только то, что под «склад» используются не только «складские помещения», но и «рабочие». Каково было бы Тебе работать, если все проходы в офисе завалить мешками с сахаром или бочками с жиром?

Что-то подобное происходит и в организме — изначально полезные вещества начинают откладываться и затруд-

нять работу системы. Это относится, например, к холестерину, который представляет из себя незаменимый продукт, но при избытке может послужить причиной смерти человека...

Нулевое питание приводит к тому, что организм попадает в зону стресса и, не имея возможности получить энергию извне, начинает активно искать ее внутри.

По мере того как запасы будут подходить к концу, организм будет использовать «мусор» из самых дальних своих закоулков.

Поскольку в нашем организме в конечном итоге все можно превратить в энергию, то как пища будет использоваться все, что «захламляет» наше тело.

Собственно говоря, нулевое питание — это способ, который стимулирует организм устроить большую генеральную уборку.

При этом надо учитывать один немаловажный момент — голодные клетки мышечной ткани будут требовать от организма новой энергии. Поэтому если не совмещать нулевое питание с реализацией сверхусилия, то организм может сократить количество «едоков» и пустить их самих в пищу.

Кстати, один человек таким образом скормил организму раковую опухоль.

Поскольку такой задачи не стоит, то мышечная масса не должна сокращаться. Для этого мышцы надо нагружать — только так можно объяснить организму, что они Тебе нужны и не стоит их есть.

Нулевое питание рекомендуется проводить один день — раз в десять дней, три дня — раз в сорок дней, пять дней (продвинутый вариант) — раз в шестьдесят-девять дней.

Прошу учесть, что сроки Я указываю только для ориентира — как только трансхедер переходит на интуитивное питание (о котором пойдет речь дальше), тогда он начинает чувствовать, когда следует провести ту или иную технику.



Внимание: при расчете количества дней для нулевого питания можно пользоваться формулой $X+1$ день, где X — это дни нулевого питания, когда Ты можешь (физически) проводить фазу реализации. Поскольку питание в организме заканчивается, то фаза реализации будет затрудняться. Если затруднение непреодолимо, то можно прибавить еще один нулевой день и провести его без реализации.

Во время нулевого питания нужно учитывать то, что настроение изменится, поскольку Ты все время находишься в легком возбуждении. Это возбуждение особого рода — оно идет не от нервной системы (тела разума) к физическому телу, как обычно, а наоборот.

Ценность этого состояния заключается в том, что возбуждение идет в направлении от физического тела к разуму. Наш мозг трактует такое возбуждение как чувство голода. Необходимо учитывать, что в таком состоянии организм находится под постоянным действием небольших доз адреналина, который (как мы помним) является допингом.

При этом активность мозга переходит в зону мужского полушария, а вся система настраивается на «охоту». Именно это состояние толкало наших диких предков на поиск добычи — соответственно в диком лесу у нашего предка, находившегося в таком состоянии, обострились все чувства.

То же со временем начнет происходить с тобой. Смотрела фильмы про то, как у оборотней обостряются все чувства? Это именно то...

Зрение, обоняние, осязание — все обостряется. Особенно ценно то, что разум становится светлым и голова начинает работать особым образом.

Помнишь про художника, который должен быть голодным, — вот и объяснение этой мудрости. Сытый человек

не только не имеет стимулов для творчества, его физиология работает так, что мозг вместо того, чтобы соображать, засыпает.

Учти это. И пользуйся данной техникой каждый раз, когда необходимо совершить «мозговой штурм». Некоторые мои подопечные из творческой среды обращались с жалобами на то, что вдохновение отсутствует, — так вот, эта техника вдохновение возвращает...

Я уже умалчиваю о том, что для того, чтобы получить настоящее, ни с чем не сравнимое удовольствие от еды, совсем не стоит ехать в Париж за французской кухней. Любая еда, подчеркиваю, лю-ба-я, вызовет приступ наслаждения после того, как организм не будет получать ее пару-тройку дней.

Необходимо научиться понимать свой организм, а именно расшифровывать его сигналы. Так вот, ощущение голода — это единственный сигнал к тому, что нужно принять пищу.

Трансхедер ест только тогда, когда чувствует сильнейший голод, а не слабенький позыв в виде аппетита!

Интуитивное питание

Это единственно возможное питание для здорового человека, такое питание можно еще назвать божественным питанием Део.

Помнишь? Древнегреческие боги питались ни с чем не сравнимой амброзией. Интуитивное питание похоже на питание богов тем, что ощущения после получения пищи ни с чем не сравнимы. Человек попадает в наименее приятнейшее состояние эйфорической истомы и... постепенно расслабленно засыпает.

Интуитивно питаться трансхедер начинает после того, как им будет пройдена стадия минусового питания и тело придет в идеальную норму.

Собственно говоря, минусовое питание — это подготовительная стадия, которая естественным образом переходит в интуитивную фазу.

Ключом к интуитивному питанию является уже упомянутое нами чувство голода.

Что такое голод? Необходимо разобраться с этим вопросом. Нам в обязательном порядке нужно осознать и более того — полюбить это мощнейшее ощущение.

Физиология этого явления проста — по мере того, как в организме заканчиваются питательные вещества, в мозг начинают поступать соответствующие сигналы. Мозг, в свою очередь, зашифровывает совокупный сигнал и транслирует его в зону нашего сознания. Таким образом, мы ощущаем не множество сигналов, а один позыв, который понимаем как ощущение голода.

По мере того как питательный ресурс в организме будет убывать, сигнал будет становиться все мощнее. Через некоторое время сила сигнала станет такой, что человек не сможет думать ни о чем, кроме еды.

Условно можно разделить силу сигнала на четыре фазы:

1) фаза аппетита — это сигнал-привычка, напоминание о том, что желудок пуст и что пора есть;

2) фаза начального голода — это средней силы сигнал-команда, говорящий о том, что желудок пуст, кишечник пуст, и мышечные клетки израсходовали дневной запас глюкозы, — это уже не сколько информирование, сколько прямая команда, которой сложно противостоять;

3) средний голод — сильная команда, к всему тому, что было на второй фазе, прибавляется сигнал о том, что запас энергии в виде жира подходит к концу, — на этой стадии все, кроме еды, теряет смысл;

4) животный (смертельный) голод — запасы почти исчерпаны, организм начинает использовать для питания свои собственные ткани (наступает истощение), человек перестает мыслить как человек, начинает вести себя как дикое животное — может убить за еду...

Замечу сразу, если у Тебя есть опыт переживания четвертой фазы, Твои жизненные ценности имеют совершенно другой смысл, чем жизненные ценности большинства Твоих знакомых. Можно мечтать о богатой, сытой жизни, но те, кто ее получил, знают, что очередная норковая шуба не приносит удовольствия.

Парадокс заключается в том, что сытый человек — это человек с притупленными желаниями. Нет желаний, и жизнь становится не в радость, наступает апатия, депрессия... и раннее старение.

В результате такому человеку жить не хочется — вроде все есть, а интереса к жизни нет. В результате начинается поиск всякого рода встрясок — от измен и скандалов до алкоголя и наркотиков...

Подобное явление происходит только от малоинформированности, никто никого не научил, что, собственно говоря, делать.

Достаточно перейти с фазы аппетита на фазу два и три — тогда человек «просыхает» и все его чувства обостряются.

Трансхедер, практикуя интуитивное питание, использует соответственно фазы два и три. Обязательно следует познакомиться с фазой четыре, но для этого нужна специальная подготовка, это делается на следующей ступени трансхединга.

Нужно обязательно помнить, что голод — это полное энергии позитивное ощущение, которое усиливает фазу возбуждения. Чем ярче возбуждение, тем ярче реализация и последующий релакс на фазе восстановления.

Новый цикл интуитивного питания начинается на следующее утро после последнего приема пищи.

Как мы уже говорили, целый день человек находится на стадии псевдовозбуждения, которая совпадает с первой фазой голода. К концу дня первая фаза переходит во вторую — начальный голод.

Вторая фаза — это сигнал того, что псевдовозбуждение переходит в настоящее возбуждение, поэтому можно заняться реализацией сверхусилия.

Если сверхусилие реализовано в полной мере, то через некоторое время после реализации ощущение голода вернется и усилится — это разворачивается вторая фаза голода.

В зависимости от интуитивных ощущений в этот момент можно принять пищу, а можно отложить это на следующий день. В этом случае на следующий день фазы псевдовозбуждения не будет — целый день трансхедер будет находиться на фазе нормального возбуждения или сверхвозбуждения.

Сверхвозбуждение характеризуется тем, что трансхедер автоматически попадает в состояние измененного сознания. Ведущим эзом будет повышенный эм агрессии.

В этом состоянии все чувства — обоняние, зрение, осязание — невероятно обостряются.



Внимание: кровь при сверхвозбуждении более жидкая, в ней меньше сахара, поэтому может возникнуть учащенное сердцебиение, чему способствует и выделяющийся адреналин. Обязательно нужно следить за давлением, которое будет меняться.

Эмоциональный фон сверхвозбуждения — это чувство преддверия силы, ощущение себя сверхчеловеком и одновременно ощущение животного начала. Нужно помнить, что Ты на тропе «охоты». Ты уже не домохозяйка и не инкубатор для вынашивания детей, Ты почти дикий зверь, но зверь, наделенный чистым и светлым разумом.

Обязательно нужно научиться правильно трактовать то, что с тобой происходит в условиях сверхвозбуждения. И тем более важно научиться пользоваться этим — если техника выполняется правильно, то человеком овладевает жажда деятельности, при этом энергия как бы не убывает.

День можно закончить по формуле нулевого питания X+1, то есть трансхедер может не выполнять в этот день реализацию, но может и выполнить. Также в зависимости от интуитивных ощущений можно приступить к питанию, а можно перенести его на следующий день.

Выбор продуктов для интуитивного питания

Это один из основных моментов — что и сколько есть. Выбор того или иного продукта питания, как и количество пищи, выбирается интуитивно. Но прежде необходимо дать возможность организму настроиться на такой выбор.

Мы приучены есть смешанную пищу, поэтому организм не в состоянии сказать нам, какой компонент ему в данном случае необходим. Чтобы осуществить перенастройку, нужно есть за один прием один чистый продукт, не смешивая его с другим продуктом*.

Делать так нужно приблизительно от трех до шести месяцев. После чего в соответствующем отделе мозга появится память о характеристиках каждого продукта. Таково своеобразное меню, по которому мозг автоматически будет выбирать то, что ему необходимо. Трансхедер узнает об этом выборе следующим образом — ему не просто хочется есть, а хочется съесть нечто конкретное.

Нечто подобное испытывают женщины во время беременности: хочется мела — значит, не хватает кальция, мяса — белка, апельсинов — витамина С и т. д.

О том, сколько есть

С тем, что есть, Я думаю, понятно, теперь о том, сколько есть. Количество продукта для питания тоже выбирается интуитивно, и можно себя не ограничивать в объеме съеденного. С другой стороны, если съедено много, следующий прием пищи не устраивай до тех пор, пока полученная из пищи энергия не израсходуется...

Ритм интуитивного питания

Ни в коем случае не следует питаться по графику. Дело в том, что в системе заложена способность к толерантности (адаптации). То есть все, что угодно, может со временем превратиться в привычку. Поэтому следует по максимуму избегать этого и стараться сохранить эффект новизны.

* Необходимо полностью исключить из рациона любые колбасы, консервы, полуфабрикаты и все тому подобное.

Дикое животное не знает, когда и что оно будет есть; изначально и наш организм настроен на рваный график питания, его и будем придерживаться.

Исходя из этого ешь разные продукты каждый раз в разных количествах. По возможности не планируй свой рацион заранее.

Питание в ритме молодости

Интуитивное питание трансхедера настраивает организм на ритмы, соответствующие ритмам молодого растущего организма. Дело в том, что в юношеском возрасте организм тратит много энергии на рост и на повышенную (еще не сильно ограниченную) подвижность, поэтому в организме всегда существует энергетический запрос.

Создавая похожий запрос с помощью интуитивного питания, мы возвращаем свой организм к прежним биоритмам.

Соответственно по принципу обратной связи организм начинает восстанавливать функции, утраченные под воздействием возрастных деструкторов.

Менструальный цикл и гормональный фон

Твой переход на интуитивное питание будет означать, что фаза минусового питания тобой успешно пройдена. Значит, жировая ткань составляет менее 20% от общей массы тела.

Если все так, то значит, Ты уже столкнулась с эффектом замедления ооцитного таймера.

Как Я уже говорил, техника трансхединга так построена, что в результате практики организм женщины автоматически замедляет процессы старения. Вспомним — в основе процесса старения лежат не только деструктивные программы, преждевременно разрушающие организм женщины, но и таймер, отсчитывающий время. Напомню:

«Центр программы старения, как мы выяснили, находится в яичниках — с помощью ежемесячных «хороших

ооцитных циклов» таймер отсчитывает время женщины. Для того чтобы молодость стала естественным состоянием, распространяющимся на весь средний возраст, а средний возраст заменил и вытеснил старость, необходимо не только предотвратить массовую гибель спящих яйцеклеток, но и замедлить весь менструальный цикл женщины.

Современная женщина рождает один, два, максимум три раза в жизни — при этом организм по старой памяти каждый месяц приводит репродукционную систему в готовность. Также ежемесячно организм разрушает эту готовность для того, чтобы в следующем месяце повторить все заново.

Ежемесячная подготовка к репродукции и последующая отмена сопровождается управляющим гормональным повышением и понижением, что само по себе является сильнейшим стрессом, который переживается впустую.

Постепенно передвигая сроки, женщина-трансхедер начинает контролировать процесс овуляции. Снижая общее количество овуляций, женщина не только продлевает репродукционный период, она получает дополнительную энергию, ту, которую организм тратил на пустой менструальный цикл...»

Итак, сочетание реализации сверхусилия и интуитивного питания исключает всякую возможность для развития ускорителей старения — деструкции затухают и распадаются. Соответственно гибель ооцитов под воздействием деструкторов прекращается. Теперь ооциты защищены, и организм получает возможность для дальнейшей репродукции.

Но это еще не все. Ранее мы подсчитали, что в нашей реальности средняя, нормальная женщина с ранней молодости до начала лавинообразного старения переживает **от 300 до 400 овуляций**. Другими словами, активный период жизни женщины рассчитан на четыреста менструаций, после чего наступает менопауза и старение.

При этом нам известно и другое — те женщины, которые сохраняют способность к репродукции дольше, чем их сверстницы, стареют позже.

Разработчики эстрогенозаместительной терапии знают: все дело в эстрогене — именно его снижение делает процесс старения столь разрушительным.

Итак, подытожим, последняя овуляция наступает с последним жизнеспособным ооцитом; ооциты гибнут (портятся) под воздействием деструкторов; жизнь женщины вмещает от 300 до 400 овуляций, после последней овуляции яичники сморщиваются, эстроген катастрофически падает, вялотекущее старение набирает обороты и приводит к одряхлению организма.

Чего мы достигаем, практикуя трансединг:

- 1) убираем саму возможность для развития деструкций — этим предотвращаем гибель ооцитов;
- 2) раз ооциты в сохранности, они закончатся гораздо позже; соответственно, отодвигаем само время старения;
- 3) отключая деструктивные программы, отключаем ускорители старения — организм перестает разрушаться;
- 4) удлинняем сам месячный цикл, снимаем ежемесячную гормональную нагрузку на организм, если месячные будут идти раз в три месяца, то даже 300 овуляций будут соответствовать 75 годам активной жизни, а не 23-26 годам, как в «норме».

Если первые три пункта мы довольно подробно разобрали, то пункт четыре по прежнему может вызывать неясность, поэтому сейчас займемся им.

Бытует мнение, что задержка месячных — это чрезвычайно вредно для организма женщины. Вопрос — так ли это?

Очень сильно сомневаюсь, что природа — дура и организовала бессмысленный процесс. Если посмотреть на вы-

сших млекопитающих, то можно заметить, что им одной овуляции в год вполне достаточно.

Зачем подвергать организм ежемесячным гормональным ударам, если планируется рождение одного-двух (максимум трех) детей? Оказывается, что совершенно не обязательно. Мы знаем, что в случае стресса (например, на войне), или голода, или серьезных занятий спортом месячные могут на длительный период времени прекращаться, а затем восстанавливаться.

Не буду вдаваться в подробности, механизм овуляции уже рассмотрен нами. Коротко поясню: ключ к управлению процессом — это концентрация эстрогена и адреналина.

По концентрации адреналина организм узнает о том, насколько внешняя среда располагает к зачатию и вынашиванию плода, по концентрации эстрогена — насколько ему (организму) хватит питательных веществ для того, чтобы выносить плод и не истощиться...

Если адреналин выше нормы и это превышение носит периодический характер, то организм знает, что «снаружи» присутствуют факторы опасности, а раз так, то овуляция и возможная беременность могут привести к гибели и плода, и матери. Срабатывает защитная программа, и овуляции не происходит.

Как мы уже говорили, эстроген накапливается в жировых тканях женщины, и если содержание жира менее 20% от массы тела, то овуляции происходят значительно реже или не происходят вообще. Ничего страшного в этом нет, наши дикие предки еще недавно жили в чрезвычайно активном мире, который изобиловал опасностями, а еды, напротив, было мало и на всех не хватало...

Поэтому данный механизм попросту не давал энергии почем зря расходоваться. Ситуация, когда яйцеклетка созревает каждый месяц, напротив, не является естественной, а говорит только о том, что еда есть в изобилии и опасности никакой — организм предлагает женщине рожать. И так происходит из месяца в месяц.

Дальше деструкторы с социального уровня начинают блокировать это любезное предложение — возникает внутренний конфликт, который по принципу обратной связи отражается на организме. При этом отражение носит уже конкретный вид того либо иного заболевания — об этом мы уже говорили выше. Таким образом, круг замыкается и Ороборо кусает свой собственный хвост.

Ничего подобного не происходит с теми женщинами, которые практикуют трансхединг.

Упражнения, которые трансхедер делает на фазе реализации, так устроены, что со временем позволяют женщине по своему усмотрению корректировать свой адреналиновый фон.

В сочетании с интуитивным питанием техника дает возможность плавно удлинить интервал между месячными сначала до двух, потом до трех месяцев. Можно и больше, но этого вполне достаточно.



Внимание: обязательно нужно выполнять всю технику так, как написано, частичное выполнение техники недопустимо — Я предостерегаю от выполнения техник реализации в отрыве от техник питания, и ни в коем случае не рекомендуется выполнять техники питания без техник реализации.

Если есть (или недавно проявлялся) один из деструкторов, блокирующих программу репродукции, то нужно заменить деструктивный блок на позитивный. В обязательном порядке необходимо прекратить сексуальные контакты и вторым шагом заблокировать овуляцию. Заблокировать овуляцию можно следующим образом — на фоне минусового питания, сразу после месячных три-четыре дня побыть на нулевом питании, два дня перед предполагаемым сроком овуляции должны быть тоже нулевыми, два-три дня перед предполагаемым сроком месячных кро-

вотечений тоже нулевые. Таким образом срок наступления овуляции (плюс-минус) удваивается — обычно этого достаточно для того, чтобы нормальное функционирование восстановилось*.

В заключение хочу сказать, что выполнение техники замедления ооцитного цикла приводит к тому, что эстроген в организме женщины выделяется равномерно, также исключено его повышенное накопление в жировой ткани (по причине отсутствия излишков таковой).

Отсутствие резких гормональных скачков стабилизирует психику женщины и убирает почву для возникновения депрессивных состояний. В сочетании с соответствующей физической активностью, которая происходит на фазе реализации, состояние эмоционального фона меняется на позитивное. Женщина чувствует себя полной сил и энергии — она активна и счастлива. Ее тело здорово и молодо, она приближается к божественному состоянию Део.

Секс и реализация сверхусилия

Конечно, мой рассказ не будет полным, если Я исключу из него реализацию сексуального возбуждения. На самом деле все повествование построено вокруг этой темы.

Несмотря на то что человечество все больше использует секс как способ получения удовольствия, до сего момента секс — это единственная возможность для продления рода.

Занятие сексом без продления рода подразумевают высокоинтимную близость между женщиной и мужчиной, при этом программа репродукции блокируется.

В идеале **сексуальный контакт вызывает напряжение всех систем и сильнейший выброс энергии** — еще бы, организм думает, что эти двое собрались зачать новую жизнь. Все системы организма работают по максимуму — напря-

* В случае хронического течения процесса техника повторяется до полного восстановления.

жение не ниже, чем у профессионального спортсмена, бегущего стометровку (а то и тысячеметровку).

Сердце, легкие, мышцы работают точно в таком режиме, как и при любой реализации. Но есть одно отличие — дополнительный кровоток идет непосредственно в зону половых органов.

Этот момент является основным для женщины: **секс — это единственная возможность в разы усилить кровоток в зоне репродукции, а значит, насытить эту область живительным кислородом.**

Во время секса кровь, насыщенная питательными веществами и кислородом, под соответствующим напором промывает всю область репродукции, и яичники в частности. Для хранилища ооцитов это то же самое, что для тебя хорошенечко проветрить квартиру перед сном — выпустить отработанный воздух и впустить свежий и чистый...

Думаю, не надо говорить, что подобная вентиляция является естественной защитой вымывающей непрошенных гостей в виде тех или иных микроорганизмов, случайно попавших в эту зону. Это значит, что занятия сексом стоят на пути у развития соответствующих деструкций?

Это так и не так одновременно. Дело в том, что в отличие от мужчины, у которого, как известно, может «не встать», женщина так устроена, что может и притвориться.

То есть может провести половой акт не напрягаясь и отстраненно (холодно), как говорится, механически — тогда и удовольствие от такого контакта будет сомнительным. При этом и польза будет скорее вредом, поскольку между телом (которое не готово к сексу) и тем, что тело делает по приказу мозга, возникнет внутренний конфликт.

Результатом этого конфликта будет сопротивление уровня тела, которое приведет к развитию того или иного деструктора.

Самый простой пример: муж изменяет жене, жена об этом напрямую не знает, но вне сознания система уже уловила запах другой женщины на теле мужа, в результате ее

влечение к мужу снижается, она, не понимая, в чем дело, механически соглашается на секс с ним, сопротивление нарастает, появляется раздражительность, в результате появляется молочница — тело блокирует саму возможность заниматься с ним сексом.

Если забить молочницу медикаментозно, то она попросту станет хронической.

А достаточно было услышать сигнал с уровня тела и прислушаться к нему, то есть воздержаться от сексуальных контактов!

Опыт показывает, что большинство мужчин и женщин рано или поздно изменяют друг другу. И каков же выход? — спросишь Ты. Что теперь, сексом не заниматься? И так основная масса женщин страдает от соответствующей нечувствительности...

Давай по порядку — никакой измены не будет, если оба партнера осознанны. Тебя же не тревожит, что какой-то мужчина с какой-то женщиной занимается сексом — некоторых даже возбуждает. Только, конечно, если этот мужчина не является твоим. Вот тогда все меняется — мы об этом говорили в главе об измене, поэтому не будем повторяться.

Способ один: «на берегу», то есть изначально, договориться с партнером, что если ситуация развивается так, что его тянет на секс с другой, а тебя с другим, то, прежде чем принимать решение, нужно поставить партнера в известность. И, помня простую истину, что насильно мил не будешь изначально разрешить друг другу делать свой выбор в зависимости от желания*. Такое обоюдное разрешение априори разряжает деструкцию.

* Если разумом Тебе удалось разрешить, а чувствуешь совсем другое, что все в тебе против и Ты готова задыхаться от ревности, и даже техники трансхединга не помогают (что маловероятно), тогда нужно пройти трансматическое декодирование.

Помимо всего оно говорит о том, что вы не только уважаете чувства друг друга, но и о том, что вас связывает настоящее чувство, а не принуждение.

Кстати, подобные отношения только укрепляют ваш союз и, более того, являются лучшим способом профилактики измен. Опыт показывает, что **в таких парах людей перестает тянуть на сторону — это только запретный плод сладок...**

В общем, счастья и удачи всем, кто любит и хочет любить.

А мы переходим к более значимой теме — отсутствию сексуальной чувствительности.

Отсутствие сексуальной чувствительности, или фригидность, нами рассмотрено в первой части книги, теперь же расскажу, что с этим делать.

Возьмем сразу самый сложный случай, когда сексуальная жизнь давно началась, а оргазма как не было, так и нет. Это значит, что соответствующий блок достался в наследство от матери (если, конечно, не было изнасилования).

Вспомним, данный деструктор защищает женщину, поскольку снижает ее зависимость от мужчины. В ядре деструктора лежит страх перед мужчиной и нежелание принадлежать ему. Механический секс подтверждает это — он может обладать телом такой женщины, но не душой... И правда, такой сексуальный контакт оставляет женщину эмоционально равнодушной.

Можно думать об учебе, домашних делах, работе, если человек нравится, можно подыграть ему голосом...

Дело в том, что **когда-то женщина только так и могла защититься от секса с нелюбимым мужчиной, которому она социально принадлежала**. Что поделалась, программа закрепилась, и теперь от нее страдают дочери, внучки и правнучки тех женщин, которым **эта программа в силу обстоятельств действительно была нужна**.

Вопрос в том, можно ли от этого деструктора избавиться?

Отвечу — не только можно, но и нужно. Поскольку многим эта деструкция отравляет жизнь, делает ее бесцветной и внушает чувство скрытой неполноценности.

Поверьте, никакой неполноценности нет, а есть программа, фиксирующая деструктивное поведение. Осознание того, как она работает, поможет перенастроить общую матрицу, и жизнедеятельность организма восстановится.

Деструктор сексуальной нечувствительности действует в двух плоскостях — психологической и физической. Третья плоскость — социальное тело — уже «заражается» от этих двух.

Поэтому мы будем оказывать начальное воздействие на тело разума, последующее воздействие на физическое тело, а социальное поведение, возможно, изменится само собой (если нет, то его скорректировать не сложно).

Тело разума. Поскольку программа снижает зависимость женщины от мужчины, то первое, что нужно сделать, — это заменить действие программы на соответствующее осознанное поведение.

Это как раз тот случай, когда, воздействуя на тело разума, мы получаем перемены в социальном поведении. Осознание момента собственной индивидуальности поможет исполнению задуманного.

Помимо этого, женщине необходимо перечислить все, что делает ее зависимой от мужчины (или может сделать). Сюда можно включить и материальную зависимость и эмоциональную...

Исходя из этой — осознанной — информации следует в дальнейшем строить свое поведение на паритетной основе, то есть не брать больше, чем можешь дать взамен.

При этом сексуальные отношения обязательным образом выводятся из зоны обмена. Секс меняется только на секс. Каждый вносит в секс ни много ни мало, а самого себя и получает аналогичный взнос от партнера.

Если в сексуальные отношения вмешивается материальная сторона, то это уже не секс, а проплаченная услуга.

Такое положение вещей настраивает участников процесса на то, что один получает удовольствие, а другой обрабатывает...

Тот, кто обрабатывает «проплаченную» услугу, из зоны получения удовольствия попадает в зону обязанности (должен, обязан что-то сделать). А мы так устроены, что, как только нужно что-то делать по обязаловке, все желание сразу пропадает.

Это касается не только женщин, но и мужчин, молодые ребята из эскорт-услуг знают, как быстро легкие деньги отбивают всякую охоту к сексу — без виагры, увы, никак...

Итак, главное правило — используй секс только для получения удовольствия, никогда ничего, кроме самого секса, не проси взамен, и все будет в порядке.

Для тех, у кого нечувствительность является наследственной, общая рекомендация такая: изначально следует самостоятельно восстановить чувствительность и только после этого спать с мужчиной. При этом лучше всего выбрать нейтрального партнера, с которым следует оставаться в зоне дружеских, приятельских отношений (для тех, кто не замужем).

Нужно понимать, что в случае с нейтральным партнером зависимость будет отсутствовать и техника пойдет гораздо легче.

Прошу учесть, что в книге указаны только общие рекомендации, так как данный вопрос является отдельной большой темой, которая требует соответствующего разговора.

Физическое тело. Поскольку изначально никаких физических отклонений нет и женщина здорова, то можно с уверенностью сказать, что суть проблемы заключается в закодированном поведении. Механически происходит следующее: сигналы между мозгом и маткой не проходят, соответственно и результат нулевой.

Но из-за чего сигнал не идет?

Оказывается, из-за того, что никакого сигнала нет. Мозг думает совершенно об отвлеченных вещах: погоде, о том,

когда «это» закончится, и чего в «этом» такого, как забавно он сопит, как бы чего не подцепить и т.д. Матка при этом находится в расслабленном (спящем) состоянии, что, в свою очередь, дает мозгу возможность спокойно размышлять — о том о сем...

Ты удивишься, узнав, что большинство женщин считают, что для того, чтобы достичь оргазма, нужно как следует расслабиться (что многие и делают).

Для многих женщин, приходящих ко мне на консультации, оказывается открытием то, что для достижения оргазма нужно хорошенько напрячь и мышцы матки, и соответствующую зону, и все тело...

Одно только это знание открыло для многих возможность испытывать глубокий вагинальный оргазм.

Кстати, одним из следствий этой проблемы является недоразвитость маточных мышц. Многие женщины не только не могут их напрячь, но и вообще не ощущают, что там есть какие-то мышцы.

Для тренировок этих мышц есть множество упражнений и даже специальные тренажеры.

Приведу следующей **простой способ тренировки мышц влагалища**: лежа на спине в удобной позе (в которой впоследствии будешь заниматься сексом), необходимо ввести два пальца во влагалище и попытаться охватить их влагалищными мышцами; если соответствующие мышцы не чувствуются, нужно как можно сильнее сжать мышцы таза в области ануса и напрячь низ живота; по мере тренировки прислушивайся к ощущениям тела и старайся получить удовольствие; впоследствии упражнение выполняется в других приятных для тебя позах (найди две-три любимых); через некоторое время вместо пальцев можно использовать мягкий фаллоимитатор; в развитии упражнение можно выполнять стоя, фаллоимитатор утяжеляется небольшой гирькой, привязанной к нему, — необходимо силой мышц удерживать его во влагалище (со временем груз можно увеличивать).

Если изложенная техника больше подготовительная и в тех или иных вариантах уже известна, то следующая техника является моей авторской разработкой и при правильном выполнении помогает в девяноста девяти случаях из ста.

Предлагаю Твоему вниманию технику эйфории, снимающую блокировку со способности чувствовать оргазм и впоследствии значительно его усиливающую.

Агрессивное дыхание эйфории

Несомненное удобство нижеуказанной техники заключается в том, что собственно говоря, присутствие партнера для ее выполнения не является необходимым условием. Поэтому, овладев этой техникой, Ты можешь наслаждаться оргазмом и без партнера или, например, заменив его на партнершу.

Что же испытывает человек во время самого процесса секса? Что бы он ни испытывал, он максимально активен (все показатели зашкаливают). Естественным образом такая активность помимо секса проявляется только в моменты реализации агрессии (я имею в виду реальную реализацию, связанную с убийством добычи).

Поэтому как ключ для входа в нужное нам состояние сознания мы будем использовать именно агрессию.

Многие женщины не только «забыли», что такое оргазм, но зачастую у них параллельно заблокировано то или иное эмоциональное восприятие. А агрессия доступна для всех, абсолютно все женщины знакомы с этой эмоцией, что в значительной мере облегчит освоение данной техники.

Более того, мы «побочно» получаем уникальную возможность «сжечь» агрессию во время практики, а значит, нормализовать обмен веществ и избавить организм от инсулинового «промывания», то есть сохранить здоровье и поднять энергетику...

Часть первая. Возбуждение

Нужно надеть просторную, удобную, не стесняющую движений одежду (обязательно приятную на ощупь) — в иде-

але только верх. Если дома достаточно тепло, то лучше ничего не надевать. Если прохладно, то можно заниматься под одеялом в любимой постельке.

Ложись на спину, под голову положи подушку или мягкий валик, ноги согни в коленях (как удобно) и немного раздвинь. Дыши обычным способом.

Легким ласкающим движением прогладь все тело, «умой» лицо, коснись глаз, слегка ущипни мочки ушей, обязательно прикоснись к соскам, огладь лобок и половые губы, проведи легкое оглаживание всей промежности от копчика до лобка.

Обязательно отметь, какие из прикосновений были особенно приятными, повтори их.

Начинай дышать (1–5 минут) коротко и прерывисто, так, чтобы воздух заполнял только верхний отдел легких. Дыхание на этой фазе происходит короткими резкими глотками, живот не участвует, грудь при этом вздымается за счет незначительного движения плеч.

Во время выполнения этой стадии упражнения необходимо активно растереть низ живота (включая лобок), груди, активно массируя пальцами соски (до достижения упругости), растереть щеки и шею.

Продолжая поверхностное дыхание, несколько ускорь его темп, при этом продолжай растирать щеки, шею, грудь, живот — до появления заметного эффекта жжения и сопутствующего румянца.

Затем с низа живота переходи на растирание внутренней части бедер и непосредственно половых губ — до покраснения.

Одновременно с дыханием и растиранием представляй, как кровь приливает к лицу, шее, груди, как теплеет низ живота, как набухают клитор, большие и малые половые губы, как темнеют розовые стенки влагалища.

Несколько раз слегка раздвинь половые губы, представь, как стенки влагалища обильно покрываются смазкой, представь, как часть обильной влагалищной смазки вытекает на половые губы и клитор и стекает на бедра (можешь протестировать клитор).

Постарайся увидеть и почувствовать удлинение и расширение влагалища; как матка несколько подтягивается.

Продолжай растирать половые губы, промежность, лобок, низ живота, грудь, шею, лицо, разотри уши.

Начинай имитировать возбуждение голосом. Активно раздвигай и сдвигай согнутые в коленях ноги.

Почувствуй, как участился пульс и как стучит сердце. На секунду представь, как жар приливает к низу живота, бедрам, влагалищу.

Часть вторая. Реализация

Начинай дышать (3–6 минут) глубоко, с силой выдыхая воздух, можешь помогать себе звуками (агрессивными постанываниями).

На этой стадии клитор не стимулируется, плечи в дыхании не участвуют, но грудная клетка участвует полностью, и по мере выполнения упражнения задействуется живот. Представляй, как в Тебе просыпается нечто животнo-агрессивное, — напряги мышцы.

С углублением дыхания одновременно (в такт) начинай сжимать и разжимать мышцы ануса (сжимать на выдохе, разжимать на вдохе), постепенно сокращения вызывают напряжение влагалища, а также мышц живота.

Напряжение должно нарастать постепенно по мере выполнения упражнения. Руки при этом должны спонтанно растирать те или иные области тела, обязательно включая промежность.

Продолжай представлять ощущение набухания влагалища и малых половых губ. Создай в теле напряжение, которое послужит предшественником оргазма. Вместе с сокращением ануса, влагалища, живота напряжение может перейти на ягодицы, мышцы ног, рук...

Представь, как головка клитора втягивается назад, под кожу крайней плоти, переставая, таким образом, реагировать на какую-либо прямую стимуляцию.

При этом наращивай силу дыхания, напрягая и расслабляя соответствующие мышцы. Мышечный тонус

продолжает нарастать, так же как частота пульса и дыхания и артериальное давление. При правильном выполнении упражнения пульс может возрасти до 175 ударов в минуту.

Часть третья. Оргазм

Для достижения оргазмической эйфории доведи напряжение до максимума. Почувствуй, как само тело делает резкие напряженно-агрессивные движения (можешь выть, рычать) — вырази свою эмоцию... В этот момент можешь кататься по кровати резко двигать тазом, извиваться...

На длинном сильном выдохе произведи резкое и сильное сокращение мышц анальной области и мышц стенок внешней трети влагалища. Удерживай мышцы напряженными **от 2 до 4 секунд**. Одновременно с силой напряги живот и все мышцы — таза, ног и рук, удержи дыхание, в момент напряжения сожми зубы, напряги шею, мышцы лица.

Резко расслабься и выдохни....

За первым длинным напряжением проделай три-четыре ритмичных сокращения с напряжением с **интервалом около 1 секунды**.

Всего необходимо проделать пятнадцать таких сокращений, с постепенно увеличивающимся интервалом и постепенно снижающейся интенсивностью. Через 2—4 секунды после начала этой части упражнения матка испытает несколько спонтанных мягких волнообразных сокращений, распространяющихся от ее вершины к шейке.

Чтобы усилить ощущение в момент первого оргазмического напряжения, руками сильно сожми кожу на внутренней стороне бедер, рядом с половыми губами. Болевой сигнал в данном случае запустит механизм получения оргазма.

В момент исполнения этой части упражнения частота сердечных сокращений достигает максимума. Приходит приятная разрядка сексуального напряжения. Почувствуй

интенсивное переживание, как физическое, так и эмоциональное. В области клитора Ты можешь почувствовать нарастающее ощущение оргазмического чувства, которое распространяется вверх, и ощущение тепла, идущего из области таза по всему телу.

Часть четвертая. Релакс. Восстановление

Во время стадии релакса позволь себе максимально расслабиться, сексуальное напряжение прошло. Дыхание постепенно выравнивается.

Грудь уменьшается в размерах, соски приобретают обычный вид. Сексуальный румянец постепенно исчезает.

Пульс и артериальное давление вскоре приходят в норму. Обычной реакцией во время этой стадии будет легкая испарина. Мускулы всего тела расслабляются.

Состояние общего приятного ощущения может перейти в сонливость или в сон.

Кровь постепенно отливает от тазовой области.

Влагалище принимает свои обычные размер и цвет; половые губы возвращаются в обычное состояние. Головка клитора вновь занимает свое обычное положение и восстанавливает свои обычные размеры.

Матка опускается, возвращаясь в прежнее положение.

Позволь себе ощутить общее удовлетворение собой, обязательно поблагодари себя.

Комментарий к технике: при правильном выполнении техника гарантированно возвращает способность ощущать оргазмическую эйфорию.

В продвинутом варианте техники на стадии входа в оргазмическое состояние напряжение и расслабление спонтанно формирует энергетические потоки, и волны сокращений проходят не только по матке но и по всему телу, женщина погружается в состояние активной нирваны, действительность растворяется в мощном реликтовом переживании...

Тело при этом может совершать совершенно необычные движения, находясь внутри мощнейших оргазмических

потоков. Мышцы, спонтанно сокращаясь, изгибают тело замысловатым образом... Такой оргазм, при соответствующей подготовке, может длиться более часа.

И тот и другой вариант техники носит мощный оздоровительный характер, поскольку снимает не только психическую составляющую стресса, но и благоприятно влияет на всю систему.

По мере освоения техники Ты сможешь не только многократно усилить ощущения от секса и жизни, Ты сможешь управлять своим оргазмом, свободно перемещать оргазмические ощущения по телу, многократно повторять их.

В заключение хочу заметить, что, выполняя данную технику во время секса с партнером, необходимо генерировать внутренний образ силы и энергии, которая обволакивает и вбирает в себя энергию мужчины...



Внимание: рекомендуется помнить, что по принципу обратной связи, снимая физиологическую часть деструктора ты влияешь и на деструкцию, тела разума и социальное тело. Не удивляйся, если мужчины начнут оказывать тебе повышенное внимание.

Еще один немаловажный момент — выполняя техники трансединга, Ты увеличиваешь возбуждающее действие тестостерона. Как известно, именно он сопровождает половое влечение не только у мужчин, но и у женщин. Несмотря на то что у женщин его концентрация значительно ниже, чем у мужчин, этот гормон исправно выполняет свою работу.

Конечно, никакой необходимости повышать содержание мужского гормона нет, но поскольку выравнивается концентрация эстрогена, то получается, что соотношение

гормонов несколько меняется и женщина становится более сексуально возбудимой.

Поскольку женщины более чувствительны к тестостерону, чем мужчины, то и реагируют они более интенсивно.

Этот момент является дополнительным плюсом, помогающим восстановить нормальную сексуальную чувствительность женщины.

Техника возбуждения для пар

Многие женщины и девушки жалуются, что основная сложность заключается не только или не столько в отсутствии оргазма как такового, но в изначальном отсутствии сексуального возбуждения.

Как почувствовать настоящий сексуальный голод, как усилить возбуждение так, что бы в глазах темнело? Как снова научиться влюбляться, как в шестнадцать?

Что ж, это тоже нам под силу...

Практикуя интуитивное питание, мы постоянно ощущаем легкое чувство голода, при этом соответственно адреналин выделяется небольшими частями, но постоянно — в результате организм находится в легком возбуждении.

Можно заметить, что девушки, практикующие сидение на всевозможных диетах, становятся несколько раздражительными, это понятно — возбуждение голода легко трансформируется в агрессивное поведение...

Не менее легко такое возбуждение можно трансформировать в сексуальное.

Для этого **возбуждение, вызванное питанием, переведем в сексуальное возбуждение** — рекомендую для этого возбуждать друг друга, но ни в коем случае не доводить до оргазма.

Поясню: в условиях легкого энергетического запроса организм готов выполнять активную физическую нагрузку (сытый организм совсем к этому не склонен), соответственно он готов и к сексуальной практике.

Переключить одно возбуждение на другое не представит никакой сложности — используйте все, что вас сексуально

возбуждает, — от нижнего белья до просмотров соответствующих фильмов и мастурбации.

Помните: ваша задача — как можно сильнее возбудиться и как можно дольше продлить это состояние. Исходя из этого рекомендуется начинать с предварительного возбуждения, а с него переходить на массаж эрогенных зон (от 20 минут), после чего можно приступать непосредственно к процессу секса. Главное правило — при этом нельзя «кончать», то есть учиться получать удовольствие от процесса, а не от его завершения.

Как только подходите к оргазму, останавливайтесь, отдохайте и... продолжайте.

Чем больше таких повторов будет, тем лучше.



Внимание! Общайтесь с партнером: возбуждение не должно перейти в усталость, поэтому старайтесь закончить технику на пике возбуждения. В результате сильное возбуждение должно сохраняться еще какое-то время после практики.

Практиковать нужно по интуитивному графику, постепенно доводя до ежедневного, а по возможности до нескольких раз в день (например, в выходные дни).

Когда техника будет освоена, можно ее практиковать один, два, три дня, но не более пяти дней подряд.

В результате такой практики возникает постоянное сексуальное желание, у мужчин многократно возрастает потенция, женщины становятся еще более чувственными.

Несомненно, нужно доверять друг другу, поскольку в результате начинает хотеться не только свою «половину», но и любую другую «половину». Следует заметить, что сексуальный голод будет нарастать таким образом, что через какое-то время вас начнет возбуждать буквально «все, что шевелится».

Если для мужчин такая практика и есть лучшая техника снятия мнимой импотенции, то женщинам, прежде чем приступить к практике, **необходимо снять блокировку оргазма, то есть отключить программу мнимой фригидности.**

Через какое-то время практики мозг приучается воспринимать возбуждение от энергетического запроса и сексуальное возбуждение как нечто целое и исключительно приятное — возбуждающее. Как такое ощущение может чувствоваться (переживаться)? Это будет не сексуальное влечение и не голод в чистом виде, это некий микс, дающий возможность почувствовать внутри мощнейшую энергию желания. Это постоянное ощущение эмоционального подъема и связанного с ним ощущения жажды деятельности. Это состояние Део.



Внимание: техника оказывает сильнейшее стимулирующее воздействие на весь организм и дает возможность максимально продолжительно заниматься сексом. Таким образом, в течение длительного времени женщина обеспечивает перераспределение кровотока в область органов репродукции, что укрепляет и восстанавливает эту зону организма.

Для мужчины выполнение этой техники — лучшая профилактика возрастной потери потенции и простатита*.

Фаза восстановления. Эйфория. Релаксация

Само собой, мой рассказ не будет полным без описания третьей и основной фазы — восстановительной.

Если фаза возбуждения будит «спящий» организм и стимулирует его, фаза реализации — истощает и даже раз-

* Если простатит уже есть, то необходимо воздержаться от секса.

рушает некоторые ткани, то фаза восстановления — это не только зарядка новой энергией, но и замена поврежденной ткани на новую... Это период времени, когда организм осуществляет «ремонтно-восстановительные» работы, и не сложно понять, что от качества этих работ зависит дальнейшее функционирование системы.

У среднестатистического человека с заблокированной стадией реализации энергия не то что полностью не расходуется, а ее запасы в виде жира, напротив, постепенно увеличиваются. Кроме того, мышечные ткани лишены нагрузки, поэтому вместо процесса восстановления идет процесс их планомерного сокращения (за ненадобностью). Как видишь, процесс идет ровно в противоположную сторону — сторону разрушения.

Естественный биоритм нарушается, фаза восстановления приобретает деструктивную, скомканную структуру — в результате восстановительные процессы проходят трудно и не полностью.

Именно по этой причине организм со временем разрушается — стареет.

Поскольку наша задача заключается как раз в обратном, то мы будем организовывать восстановление таким способом, чтобы стимулировать организм и не давать ему разрушаться.

Здесь нужно отметить **два основных момента**:

- 1) чтобы хорошо отдохнуть, нужно перед этим пройти фазу сверхусилия, если нет реализации, то нет и восстановления;
- 2) чтобы восстановление прошло по максимуму, нужно организму помочь в этом.

Фаза восстановления наступает сразу за фазой реализации. При этом мозг выделяет специфические вещества, близкие по структуре к морфину, и мы чувствуем удовольствие (релакс).

Как мы уже говорили, сразу за реализацией наступает первичное восстановление — все ритмы организма после выполненного сверхусилия постепенно приходят в норму.

На первичном восстановлении чрезвычайно важно сконцентрировать сознание на проходящих процессах, для этого **необходимо выполнить комплекс хаотичных и плавных движений руками, ногами, всем телом...** Комплекс выполняется с **минимальной нагрузкой и в максимальном расслаблении**, и так слабая интенсивность еще более угасает вместе с восстановлением общего ритма.

Ориентиром может служить восстановление — сначала дыхания, потом пульса.

Обязательно нужно концентрироваться на ощущении удовольствия и расслабления.

При правильном выполнении техники интуитивного питания и реализации через некоторое время после первичного восстановления наступит фаза голода (возбуждение вернется). Необходимо прочувствовать это ощущение и накормить «хищника»...

Твой организм честно может получить еду — как будто он вернулся с охоты.



Внимание: первая часть полного восстановления начинается с момента еды.

Первая часть полного восстановления — это еда и ближайший период после еды. Поскольку Ты очень голодна, то есть можно в любом темпе — правило только одно: необходимо концентрироваться на процессе поглощения. Еда в этом случае доставит максимальное удовольствие, которое легко доводится до состояния последующего сытого блаженства.



Внимание: ничто не должно отвлекать тебя от этого интимного процесса. Видела, как боевые собаки

рычат, когда кто-либо приближается к ним во время поедания куска мяса? Что-то в этом духе можно чувствовать и Тебе.

Никакой компании, никакого телевизора — процесс еды сам по себе **удовольствие**. И не надо это удовольствие ничем разбавлять.

При этом надо осознавать, что ощущение удовольствия — это награда, которую мозг выдает сам себе за то, что реализация закончилась восстановлением. Поэтому хорошо присоединиться к этому ощущению и поблагодарить себя за «добытую» пищу...

Также необходимо прочувствовать то, что сейчас — во время и сразу после еды — **восстанавливаются потраченные на фазе сверхусилия запасы глюкозы, жиров, витаминов и микроэлементов**. При этом кровоток перераспределяется и кровь обильно приливает в зону органов пищеварения.

Рекомендуется сконцентрироваться на ощущении тепла, которое разливается в этой области. Кроме всего прочего, необходимо помнить, что сразу после еды концентрация инсулина в организме максимальна — инсулин открывает клетки мышечной ткани, мембрана мышечных клеток становится проницаемой для глюкозы.

Поэтому именно в этот момент **необходимо максимально оградить себя от любых негативных мыслей и эмоций**. Если у человека во время еды портится настроение, то организм выделяет адреналин, а он, как известно, подавляет выработку инсулина...

Еще и поэтому во время (и после) еды важно пребывать в максимально расслабленном эйфорическом состоянии.

Вторая и заключительная часть полного восстановления. Сразу после еды лучше всего просто лечь и, прежде чем заснуть, выполнить технику максимального расслабления, которая усилит эйфорию.

То, что Тебе нужно сделать, условно можно назвать медитацией.

Многие наши современники, вслед за разномастными гуру, занимаются медитациями, но так за всю жизнь не испытали полета нирваны... Дело в том, что **чрезвычайно тяжело расслабить то, что не напрягалось, наша физиология «искренне» этому противится.**

Другое дело — усилить естественное расслабление. По этому ляг в постель, включи «звуки космоса» или любую другую спокойную и приятную мелодию, закрой глаза, расслабь и зафиксируй тело и представь, как в центре живота образуется теплый, мягкий энергетический шар, который постепенно поглощает все твое тело...

Позволь ощущениям усилиться и захватить Тебя, мысли перестанут течь сами по себе. Пусть последней мыслью станет ощущение возрождения. С ним Ты переходишь в теплые, блаженные объятия сна... для того чтобы возродиться вместе с утренним солнцем.

Наутро Ты просыпаешься естественно, и силы переполняют Тебя — порадуйся этому и... на горшок — если все выполнено правильно, то **наутро кишечник в обязательном порядке очищается от переработанной пищи.** Все, организм забрал всю энергию и выбрасывает шлак — в итоге кишечник целый день пуст, а энергия пищи свободно питает организм вплоть до вечера.

Таким образом многократно усиливается работа иммунной системы (точнее, она начинает работать именно так, как должна). Лейкоциты не скапливаются в районе кишечника, поскольку там нет почвы для размножения микроорганизмов. Раз так, то лейкоциты заняты тем, что оберегают организм от непрошеного вторжения в другие места. В результате никаких простуд и прочих заболеваний. И само собой, трансхедер не знает проблем с желудочно-кишечным трактом.

Меня часто спрашивают: «Можно ли проводить заключительное восстановление на ногах — после еды не ложиться, а делать недоделанные дела?»

Ответ такой: скажи, а приходило кому в голову производить замену износившихся деталей в автомобиле... на ходу? То есть авто едет, а соответствующий специалист бежит рядом с гаечным ключом и запчастью...

Что скажешь — не правда ли, нелепо?

Поверь, не менее нелепо лишать себя удовольствия и полноценного восстановления.

Несмотря на то что это не все техники, которые существуют в трансединге, мы на этом остановимся. Изложенного вполне достаточно для того, чтобы любая женщина, которая начнет практиковать трансединг, сохранила молодость, перестала болеть и обрела здоровье. А также снова обрела жажду жизни и наполнила свое тело энергией и силой...

Общий вывод

Ни одна из перечисленных в книге деструкций, которые ускоряют старение и разрушительно действуют на репродуктивную систему женщины, не является естественной. Напротив, абсолютно любое заболевание — это неестественный процесс, но это естественная реакция организма на условия среды обитания. Звери в клетке тоже начинают болеть, хотя лишены стресса, связанного с опасностями дикого существования. За ними ухаживают и их кормят, а они (кроме болезней) к тому же перестают размножаться.

Сотрудники зоопарков знают, как тяжело получить потомство в неволе и как сложно его потом вырастить. Парадокс, но в «сладеньком» мире, который так похож на райские кущи, дикое животное жить отказывается...

Оказывается, для нормальной жизнедеятельности ему необходим стресс, связанный с опасностью, и преодоление этого стресса. Все дело в том, что это никакой не стресс, это стимуляция всех жизненных процессов с помощью адреналина. И сама по себе эта стимуляция является важнейшим жизненным процессом. Тем, который стимулирует живое к реализации сверхусилия...

Без этой стимуляции дикое животное начинает болеть и гибнет...

Человек, конечно, не дикое животное поэтому, живя в «клетке» без движения, он не гибнет, он лечится... Сначала болеет, потом лечится, потом опять болеет и снова лечится и т. д.

Наше общество на данный момент взяло за матрицу развития общество потребления, которое можно увидеть в США. Конечно, такое подражание имеет экономический смысл, но вместе с этим можно скопировать и кое-что другое.

Возможно, глядя на США, мы сможем разглядеть модель нашего собственного сытого будущего, но сытое — это не всегда лучшее...

Я уже упоминал в заключение первой части, что в США каждый год около 640000 женщин делают гистерэктомию (удаление матки).



Внимание! Каждый год — это значит, что за два года около 1 280 000 женщин, за четыре — около 2 560 000 женщин и т.д.(см. wrongdiagnosis.com).

Теперь другая информация: по данным Международной диабетической ассоциации, сахарным диабетом в настоящее время болеют 246 миллионов человек во всем мире и, как ожидают, будет болеть 380 миллионов к 2025 году. Из них в Соединенных Штатах Америки — **19 200 000** человек, а в России **9 600 000** человек (Диабетический атлас 2007г. Международной диабетической ассоциации, см. www.idf.org).

И пожалуй, последнее — если Америка будет набирать в весе нынешними темпами, то к 2015 году **41% населения** будет страдать от ожирения, а **75%** американцев будут иметь чрезмерный, избыточный вес (см. www.msnbc.com).

Перевожу эту информацию на более понятный язык — к 2015 году 75% американцев будут больны, из них 41% будет болен в тяжелой форме. А как известно, человек с зубной болью не может быть добрым и счастливым; впрочем, и не с зубной болью не может... Вообще больной человек ничего не может, кроме как думать о своей болезни.

Теперь, когда Ты прочитала эту книгу, у Тебя есть полная картина, в которой есть начало деструкции, ее развитие и то, к чему деструкция приводит. И теперь у Тебя есть выбор, которого нет у большинства американцев...

Ты вправе выбрать себе абсолютно любое будущее...
Удачи.

P.S. Если та или иная техника не идет, а бывает такое, когда одного морально-волевого усилия недостаточно, не удивляйся, все дело в том, что современного человека с раннего детства кодируют именно на такой образ жизни и уровень сопротивления показывает силу этого кода. Тем не менее практика показывает, что 70% женщин и 50% мужчин вполне способны справиться самостоятельно. Если нет, то Я рекомендую пройти соответствующее декодирование в рамках техник трансматики.

Оглавление

Введение. НОВОЕ ТЕЛО

Глава 1. ТРАНСМАТИКА

Что такое трансматика?

Старость — это то, во что верят все?

Что такое старость?

Роль гормонов

Трансматический код

Менструальный цикл

Конец репродукционного периода — климакс

Факторы, замедляющие старение

 Основной фактор, запускающий программу

Влияние на таймер программ-деструкторов

Три тела

О программах — ускорителях старения

 Прыщи начальное отталкивание

 Начальное отталкивание и усиленное
 потоотделение

 Запах женщины

 Старение кожи

Способы усилить блок

Стрессор

Эффект Ороборо

Эмы и фригидность

Вина Мидаса
Энергетика женского тела. Лишний жир
Голод. Еда, энергетический концентрат,
деструкция и старение
Блокировка сексуальной энергии
 Молочница
 Ревность
 Измена
 Естественное отталкивание
 Цистит и молочница: что общего?
 Хламидиоз
 Эрозия шейки матки
 Воспаление придатков
 Эндометриоз
Простые вещи зачастую являются
самыми сложными

Глава 2. ТРАНСХЕДИНГ

Что такое трансхединг?
Основы деструкции
Правило трех фаз
Структура трансхединга
Техники реализации
 Подготовка
 Бег
 Воспроизведение
 Сверхусилие
 Экзоскелет
 Создание энергетического кокона
 Мышечный экзоскелет — молодость кожи
Дыхание
 Техники дыхания в трансхединге
 Агрессивное дыхание

Паническое дыхание
Дыхание силы
Восстановительное дыхание
Питание. Прощай, жир
Минусовое питание
Нулевое питание
Интуитивное питание
Выбор продуктов для интуитивного питания
О том, сколько есть
Ритм интуитивного питания
Питание в ритме молодости
Менструальный цикл и гормональный фон
Секс и реализация сверхусилия
Агрессивное дыхание эйфории
Часть первая. Возбуждение
Часть вторая. Реализация
Часть третья. Оргазм
Часть четвертая. Релакс. Восстановление
Техника возбуждения для пар
Фаза восстановления. Эйфория. Релаксация

Общий вывод

РЕКЛАМА С НОВОЙ ПОЛОСЫ.

Сайт автора книги: www.transmatika.ru

Адрес электронной почты: **transmatika@gmail.com**

На этот адрес Вы можете присылать вопросы по выполнению техник, здесь же можно получить личную консультацию. Лучше всего, если для отправки писем Вы воспользуетесь формой, которая есть на сайте.