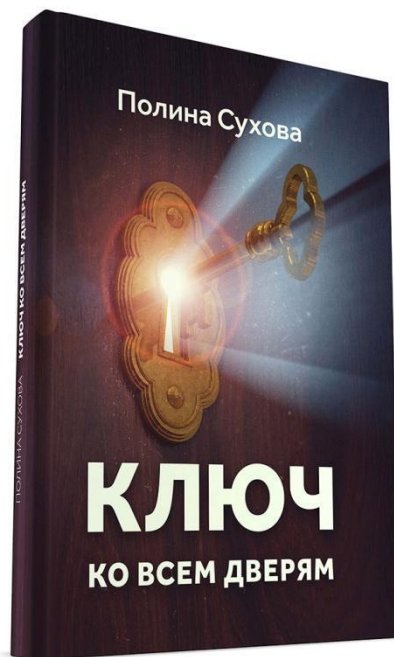


Полина Сухова

*Ключ ко всем  
Дверям*



Издательские решения

По лицензии Ridero

2016

# «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

ББК 53

С91

**Сухова Полина**

Ключ ко всем дверям / Полина Сухова. — [б. м.] :

Издательские решения, 2016. — 288 с. — ISBN 978-5-4483-3388-0

Если Вы держите эту книгу в руках, это неслучайно, ибо всё случается вовремя! Вы окунаетесь в МИР тайных знаний, открывающихся всему человечеству, в том числе — мир эзотерической медицины. Сжатые и проверенные знания на собственном опыте. Всё только самое нужное, самое эффективное. В то же время информация преподнесена в очень лёгкой и доступной форме. Вы пройдёте СЕМЬ шагов исцеления себя и своих близких. Освоив и применив знания из этой книги, Вы станете Целителем Душ человеческих!

16+ В соответствии с ФЗ от 29.12.2010 №436-ФЗ

ISBN 978-5-4483-3388-0 © Полина Сухова, 2016

## Содержание

В чём уникальность книги? .....	10
Есть ли Бог на свете? .....	13
От автора.....	14
Особенности моего пера .....	15
Моя миссия — донести до Вас знания о Высших законах.....	16
Человеческое тело и болезнь .....	17
Что лечат психологи? .....	18
Эзотерическое целительство не для всех людей .....	19
Что такое болезнь?.....	20
Узнала свой урок Души через эту болезнь.....	21
Человечество повзрослело .....	22
И традиционный русский вопрос — «Что делать?».....	23
Насколько сила мысли огромна?.....	24
Особенность нашего мозга .....	24
Мыслью можно менять объекты .....	25
Как влияет на человека чтение какой-либо литературы? .....	25
Как влияет мат на человека?.....	25
Слова и мысли очень влияют на здоровье и генетику!.....	27
Эксперимент с водой, доказывающий силу мысли .....	28
Торсионное поле .....	29
Есть ли Тонкий мир? .....	29
Жизнь — это зеркало или бумеранг.....	31
Мысль распространяется быстрее скорости света .....	32
Свойства Торсионных полей — свойства мысли .....	33

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

Кто творит Вашу реальность? .....	33
Наш мир изменился! .....	34
Немного о законах Вселенной .....	36
Почему Вселенной не жаль человека, почему она посылает ему обучение через «несчастья» и болезни? .....	37
Что хочет от нас Вселенная? .....	37
Как улучшить здоровье и повысить свои вибрации? .....	38
Время лечит? .....	39
Тело через мышцы говорит правду .....	43
Шкала уровней вибрации личности .....	44
На каком уровне вибраций сейчас находится человечество? .....	45
Этапы работы по упражнению «Презумпция невиновности личности, или Плюс 100 к моей карме» .....	45
Правильная поддержка детей .....	46
Секрет здоровья прост .....	47
Почему у многих нет результата от духового развития? .....	48
Первое домашнее задание .....	48
Первый шаг к исцелению .....	49
Правильная постановка намерения .....	49
Как намерение влияет на судьбу человека? .....	49
Эпоха Водолея — начало великого перехода .....	49
Возвращение Женского Начала .....	51
Ваше намерение в исцелении .....	52
Диагностика по психосоматике .....	56
Влияние знаков Планет и Знаков Зодиака на здоровье человека .....	57
Узнай свои грабли .....	123

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

Испытания даются нам по силам .....	124
Второе домашнее задание .....	125
Позитивные формулировки и образы цели .....	128
Как привлечь деньги? .....	129
Экономия денег — это хорошо?.....	132
У Вас есть Миссия? .....	133
Как привлечь любимую работу? .....	134
Развязывание кармических долгов с прошлой деятельностью .....	135
Я нашла своё предназначение .....	137
Как выбрать направление в деятельности? .....	141
Ключ ко всем дверям!.....	141
Третье домашнее задание.....	143
Что такое направленное внушение?.....	145
Внушения бывают.....	145
Что внушение делает с человеком?.....	146
Вред не ресурсных внушений.....	146
Научный эксперимент .....	147
Позитивный пример внушения.....	149
Просьба к родителям .....	150
Помним главный закон внушений! .....	151
А что делать с людьми, которые любят внушать негатив? .....	153
Притча про маленьких лягушат.....	154
Психологический спонсор своему окружению.....	154
Самогипноз и самовнушения.....	156
Позитивные родительские внушения для детей в сложных ситуациях .....	157
Выявление скрытых негативных программ .....	160

У меня нет проблем — у меня только задачи!.....	169
Четвёртое домашнее задание.....	169
Вычерпываем плюсы из жизненных творческих задач.....	171
Новое партнёрство Души и тела.....	172
Тело даётся под задачи Души.....	173
Душа выражает себя через тело.....	174
Конфликт Ума Души и Ума Тела.....	175
Пример сложного вхождения в тело.....	175
Система триединого мозга.....	177
Народное сообщество всех обиженных.....	179
Страхи — это производные тела и прошлого опыта.....	182
Привет из прошлого.....	182
Страхи Тонкого мира.....	183
Что такое эгрегор?.....	184
Высшие и низшие эгрегоры.....	185
Самый сильный негативный эгрегор.....	186
Негативные мысли приходят извне.....	186
Зачем эгрегор вкидывает негативные мысли?.....	187
Сам себе режиссёр!.....	187
Что делать с негативными мыслями?.....	188
Негативные мысли не Ваши!.....	189
Свобода воли!.....	190
Я освещаю тебе путь!.....	191
Послание для всех от Высших Наставников.....	191
Страх — это запрос во Вселенную о проработке этого урока.....	192
Буквализм Вселенского подсознания.....	192

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

Я погубила любимого своими мыслями.....	193
Как помочь зависимым людям? .....	194
Как довериться Вселенной? .....	197
Сказка «Переподготовка» .....	198
На ногу упал кирпич — это плюс или минус?.....	201
Волшебное упражнение «Вычерпывание плюсов».....	202
Пятое домашнее задание .....	203
За что-о-о-о-о?!.....	204
Умение быть счастливым.....	209
Правильно управляет своей энергией .....	209
Как успокоить «скандалиста»? .....	210
Отдавая — наполняюсь .....	211
Где находится Ваше внимание, в том мире Ваша энергия!.....	211
Что такое счастье? .....	212
Тест. Умеете ли Вы радоваться жизни?.....	213
Шестое домашнее задание .....	216
Как вывести себя из гнетущего чувства? .....	221
Выходим в параллельную реальность — радость .....	221
Формула счастья .....	222
Отдаю безвозмездно!.....	223
Седьмое домашнее задание.....	224
Упражнение «БлагоДарю».....	224
Очень быстрый выход из негативных эгрегоров .....	226
Третий кит, на котором зиждется ключ ко всем дверям.....	229
Как влияют убеждения на интеллект и жизненный успех .....	229
Избавление от лишнего веса.....	230

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

Как убеждения влияют на здоровье .....	231
Излечение от рака в последней стадии .....	232
Эффект плацебо .....	232
Развитие внутренних способностей .....	234
Представьте в своём воображении гусеницу. Голова гусеницы Принцип гусеницы .....	234
Роль внешнего окружения при выработке убеждений .....	236
Формирование прекрасного образа нового убеждения .....	237
Подводим итоги .....	239
Просите их о помощи .....	239
Как эффективней закрепить материал книги? .....	240
Схема работы по оздоровлению Души и Тела .....	241
Как работать с болью? .....	244
Нужно ли параллельно лечиться таблетками? .....	245
Добро пожаловать в школу пятого измерения! .....	246
Если бы ты только знала, какую силу имеет любовь! .....	248



### **Посвящается**

Посвящается всем людям на планете Земля, кто осознанно развивается! За Вами будущее. Вы авангард человечества. «Есть два типа людей: одни катят МИР, другие бегут рядом и кричат: «Боже, куда катится этот мир!?» На первых очень надеются Высшие Силы созидания, ЛЮБВИ и гармонии! В каком Вы ряду?

## В чём уникальность книги?

### Рецензия №1

Александра Харькина (психолог, таролог, мастер Рейки) на данную книгу.

«Полина, здравствуй!!! Поздравляю тебя с новой книгой! Ты молодец! Очень рад за тебя!

По поводу твоей книги «Ключ ко всем дверям» спросил у карт Таро, и вот что получилось:

#### **Что несёт книга для людей?**

\*Даёт знания, магическую силу интеллектуальных знаний.

\*Может менять судьбу человека (колесо фортуны).

\*Делает человека сильным, победителем в достижении своей цели — стать здоровым.

#### **Как эта книга согласуется с планами Высших сил?**

\*Помогает работать с иллюзиями, страхами, фобиями во внутреннем мире человека и Вселенной.

\*Помогает работать с искушениями, зацепками от низших эгрегоров (всем, что делает человека несвободным).

\*Даёт внутреннюю силу и управление этой силой, что в конечном итоге приводит к любви, как гармонии двух начал.

#### **Соответствует ли содержание книги цели: дать людям знания о причинах болезней и научить их лечить себя?**

\*Информация для книги пришла из Вселенского банка данных от Высших Сил. \*Книга лечит душу, даёт гармонию и душевное исцеление.

\*Человек становится способным управлять ситуацией (реальностью), брать верх над болезнью.

С уважением, Александр Харькин».

### Рецензия №2

Я взяла интервью у Ирины Курц (Ясновидящая, целитель с 25 летним стажем) по поводу моей книги «Ключ ко всем дверям».

Полина: Какие энергии несёт эта книга для людей?

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

Ирина: Когда человек просто читает книгу, на уровне сознания появляется: решительность, наступает внутри себя тишина и человек начинает слушать тишину внутри себя.

Полина: Какие изменения происходят на уровне подсознания?

Ирина: Происходит наполнение надеждой.

Полина: Что происходит с человеком, когда он выполняет упражнения и методики?

Ирина: Идёт набор энергии, перепрограммирования клетки, появляется свет в клетке. Она становится ярче. Человек находит новые пути на своём жизненном пути и получает способность ступать по ним, более решительно, не оглядываясь назад. Тем самым меняет прошлое, путём выбора правильной дороги в настоящем. Меняется его матрица...

Полина: Какие трансформации происходят с психикой?

Ирина: Человек начинает более сознательно искать пути, не идёт по жизни бездумно. Смотрит вдаль, а не под ноги. Он лучше просчитывает свои шаги, что приводит к успеху. И каждый шаг даёт прозрение. Он лучше начинает видеть реальность. Устанавливается философский взгляд на жизнь. Человек становится более спокойным. Становится мудрее. Он становится наблюдателем, что даёт хорошую связь с Высшими силами.

Полина: Какие изменения происходят на физическом теле?

Ирина: Подтягиваются мышцы и тело, улучшается тонус. Кроме этого становится более мягкая поступь по жизни. Человек становится более воздушным и физическое тело тоже...

Полина: Как влияет работа над собой по методикам книги на Землю?

Ирина: Люди делают больше это для себя. Он становится более свободнее. Для Земли отдельный человек это мало, но дышать ей стало полегче. Нужно менять Коллективное сознание, потому как большая часть человечества в негативе.

Полина: Для кого книга? Кто будет читать и применять эти знания?

Ирина: Читает и делает только тот, кто стремится к развитию, кто смотрит вдаль...

### Рецензия №3

Динара Каметова (ясновидящая, восточный философ, тренер по личностному росту, парапсихолог)

«Здравствуй Полина!

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

Я утром прослушала запись, где Татьяна Мухоматшина (экстрасенс) рассказывает о книге "Ключ ко всем дверям". Я настроилась на поток и хочу поделиться, что я увидела. А увидела – 7 дверей отвечают за 7 уровней защит и знание. Символ Щит и Меч.

Я буду отмечать просто цифрами, каждую дверь:

1. Я увидела у вас повторяются одни и те же буквы в книге. Это отвечает за духовное развитие. Объединение людей и белое Поле – это на сплочение людей.
2. Плотная голубая энергия Земная, её задача – отсекает недружеских эгрегоров.
3. Малиновая энергия это запуск чакр, через 2 чакру, вторая чакра у нас напоминает табачную трубку с вихревой энергией. Широкая основная часть соединена с лобковой областью, а другая узкая воздействует на мозжечок. Очищает ум, наполняет чувствами покоя, БлагоДарность, уверенность в себе, задумываются «В чём смысл жизни». Очищение эмоций.
- 4; 5; 6 – вы создали энергоинформационный модулятор E33 (E33 – это ещё оказывается эпсилон, Космические врата в переход в будущее). Я не могла понять, что это значит, попросила наставников. Это древний психический модулятор отвечает за:

Внутренняя трансформация.

Расширение сознание – повышается потенциал мозга, внимательность, укрепляет волю, переоценка ценностей.

Появляется здоровье, физическая сила, выносливость.

7. Вы с помощью своих инсайтов, создали космическую энергию. Во время писания книги у вас активировались 6 и 7 чакра и бессознательно вы даже чувствовали свою книгу на вкус.

Так вы настроились на космическую энергию и ваши наставники вам помогли: наладить и укрепить связь человеку с Ангелами-хранителями, раскрыть сверх способности.

Книга имеет сверх мощную вибрацию. Это книга не информационная, а Книга – ЖИЗНИ и Исцеления Души. Значит, не просто прочитал и отложил, а человек читает внимательно и на практике отрабатывает, ведём Дневник Мудреца и каждый день пишем результат работы, чтоб человек видел своё начало и результат.

Книга показывает, что мир не двойственный, вы не разделяете духовную и материальную часть. Мир Един и Целостен.

Если поток идёт снизу вверх – это материальное, а сверху вниз – духовный мир. У вас поток

идёт с право налево и вверх (третий глаз) получается треугольник. Третий глаз и правое и левое плечо – 6 чakra соединяется с 5 сердцем. Это произошло с вами в момент написания и вы настроили книгу. Ваша книга Речевой Энергоинформационный Модулятор. Кто будет читать, у этих людей постепенно начнёт фонить, третий глаз открываться. Одним словом, вы получили благословение от Вселенной, соответственно и люди через книгу получают.

Расшифровка КЛЮЧ. КЛЮЧ СИМВОЛ – СЕКРЕТ МУДРЕЦОВ.

Книга супер!!! Динара».

### Есть ли Бог на свете?

Профессор в университете задал своим студентам такой вопрос:

— Всё, что существует, создано Богом?

Один студент смело ответил:

— Да, создано Богом.

— Бог создал всё? — спросил профессор.

— Да, сэр, — ответил студент.

Профессор спросил:

— Если Бог создал всё, значит, Бог создал зло, раз оно существует. И согласно тому принципу, что наши дела определяют нас самих, значит, Бог есть зло.

Студент притих, услышав такой ответ. Профессор был очень доволен собой. Он похвалился студентам, что он ещё раз доказал, что вера в Бога — это миф.

Ещё один студент поднял руку и сказал:

— Могу я задать Вам вопрос, профессор?

— Конечно, — ответил профессор.

Студент поднялся и спросил:

— Профессор, холод существует?

— Что за вопрос? Конечно, существует. Тебе никогда не было холодно?

Студенты засмеялись над вопросом молодого человека. Молодой человек ответил:

— На самом деле, сэр, холода не существует. В соответствии с законами физики, то, что мы считаем холодом, в действительности является отсутствием тепла. Человек или предмет можно изучить на предмет того, имеет ли он или передаёт энергию. Абсолютный ноль (-460 градусов по Фаренгейту) есть полное отсутствие тепла. Вся материя становится инертной и неспособной реагировать при этой температуре. Холода не существует.

Мы создали это слово для описания того, что мы чувствуем при отсутствии тепла.

Студент продолжил:

— Профессор, темнота существует?

— Конечно, существует.

— Вы опять неправы, сэр. Темноты также не существует. Темнота в действительности есть отсутствие света. Мы можем изучить свет, но не темноту. Мы можем использовать призму Ньютона, чтобы разложить белый свет на множество цветов и изучить различные длины волн каждого цвета. Вы не можете измерить темноту. Простой луч света может ворваться в мир темноты и осветить его. Как Вы можете узнать, насколько тёмным является какое-либо пространство? Вы измеряете, какое количество света представлено. Не так ли? Темнота — это понятие, которое человек использует, чтобы описать, что происходит при отсутствии света.

В конце концов, молодой человек спросил профессора:

— Сэр, зло существует?

На этот раз неуверенно, профессор ответил:

— Конечно, как я уже сказал. Мы видим его каждый день. Жестокость между людьми, множество преступлений и насилия по всему миру. Эти примеры являются не чем иным, как проявлением зла.

На это студент ответил:

— Зла не существует, сэр, или, по крайней мере, его не существует для него самого. Зло — это просто отсутствие Бога. Оно похоже на темноту и холод — слово, созданное человеком, чтобы описать отсутствие Бога. Бог не создавал зла. Зло — это не вера или любовь, которые существуют, как свет и тепло. Зло — это результат отсутствия в сердце человека Божественной любви. Это вроде холода, который наступает, когда нет тепла, или вроде темноты, которая наступает, когда нет света. Имя студента было — Альберт Эйнштейн \* <sup>1</sup>

### От автора

Когда во мне проявилась первая осознанность, а это было приблизительно в 7—8 лет, я уже понимала, что есть что-то Свыше, и с Этим я каждый день разговаривала. Делясь успехами и разочарованиями, спрашивала совета, задавалась вопросами, и мне всегда приходили ответы, которые позже подтверждались в реальности. Мне не нужны были доказательства, что

---

<sup>1</sup> С сайта <http://www.inpearls.ru/>

Бог есть. Я просто знала, что Он есть! Позже это вылилось в ясноЗнание\*<sup>2</sup>. И по сей день, я принимаю знания Высшего порядка через свой канал связи и делюсь этими знаниями со всеми, кто готов к великим переменам на планете Земля.

### Особенности моего пера

По профессии я психолог, гипнотерапевт, регрессолог, астропсихолог, но по своей природе — точно не писатель, а, скорее, аналитик. Собираю, сортирую информацию, анализирую её на предмет истинности (то есть соответствия реальности, самой жизни). Сжимаю большие объёмы информации, выстраиваю всё это в логические схемы и «приправляю» опытом специалистов (в том числе своим) и работающими методиками. Перерабатывая огромные массивы знаний, я извлекаю из них самое важное, и человек быстро приходит к главному — осознанности, что даёт пятьдесят процентов успеха в работе над собой.

Можно сказать, Вы получаете «выжимку», сухой остаток информации (и даже моя фамилия — Сухова — намекает на это). Сегодня мы так перегружены информацией, что нам не то что вдумчиво читать, анализировать, выбирать — жить порой некогда! Что уж говорить о большой аналитической работе с материалами. Как раз о таких людях я и позаботилась, собрав всё самое важное и нужное для саморазвития «в одном флаконе».

А ещё один мой талант — говорить об очень сложных вещах простым доступным языком.

Вы держите в руках руководство к действию. Применяйте эти уникальные знания в своей жизни, шаг за шагом. Вы будете обретать физическое и психологическое здоровье, внутреннее спокойствие, принятие мира и главное интерес к жизни. Вы заново возродите радость жизни. И если Вы хотите перемен — действуйте, ведь только от Вас зависит, каким будет Ваш выбор в этой большой игре под названием жизнь.

---

<sup>2</sup> Яснознание — это одна из паранормальных способностей ряда экстра-сенсорного восприятия, благодаря которой Вы получаете знания извне, минуя процесс собственного мышления.

### Моя миссия — донести до Вас знания о Высших законах

*Вся правда проходит три стадии.*

*Вначале она подвержена осмеянию.*

*Затем неистово противопоставляется.*

*Наконец — принимается за очевидное.*

*Шопенгауэр*

Есть много случаев из жизни людей, когда происходят чудеса исцеления. Кто-то выздоровел на последней стадии рака, у кого-то восстановился больной орган, а кто-то вообще воскрес из мёртвых. Наверняка Вы слышали об этом? На самом деле, чудес вообще не бывает. Действуют естественные законы Высшего мироздания и Созидательные силы в работе над собой. Когда-то знание, как использовать эти силы, было подавлено теми, кому это было выгодно. И сегодня люди в своём незнании следуют тому, что глаголют «авторитеты». В этой книге я не буду вести разговор об этих людях. Здесь я поведаю Вам те знания и Законы, которые были целенаправленно скрыты от людей. Сегодня уже НЕТ ничего тайного — всё на поверхности. Знания рассыпаны везде и повсюду — успевай собирать и применять! Они такие простые в использовании, что зачастую человеку трудно поверить, что это работает. Народу всё время подавай что-то сложное, «кульбиты с выкрутасами», и тогда он поверит: «О... Да, вот это серьёзно! А это какая-то фигня, не заслуживающая внимания. Ведь не зря же я 20 лет страдал от болезни! Слишком простое — не может работать...» — так утверждает внутренний голос. Если кто-то ждёт от этой книги по исцелению чего-то сложного, то эта информация точно не для Вас. Здесь изложены простые знания, которые не только реально работают (проверено многочисленным опытом), но они ещё подтверждаются наукой разных направлений. Моя миссия состоит не в том, чтобы Вы мне поверили и следовали этим Высшим Законам и знаниям, которые дают осознание причин всех неудач в жизни человека. Моя главная задача — донести эти знания до больших масс людей. Эти знания меняют главное в человеке — подход к жизни, что даёт мощный фундамент для всей последующей работы над особенностями нашего физического тела. А уже ВАМ ДЕЛАТЬ ВЫБОР — воспользоваться ими или идти своим жизненным путём. В любом случае, мы встретимся на вершине горы самопознания себя и Мироздания.



## Введение

### Человеческое тело и болезнь

*Болезнь — это здоровая реакция организма  
на нездоровый наш образ жизни*

*Леонид С. Сухоруков*

«Человеческое существо есть не только физическое тело. Физическая оболочка — лишь часть всего нашего существа. Это генетический «космический скафандр», посредством которого наше вечно существующее сознание, мысль и ощущения исследуют этот диапазон частот, что мы называем физическим миром.

Мозг является компьютером, переключающей станцией, которая соединяет наше бессмертное сознание с телом. Мы не думаем мозгом, мы думаем посредством мозга. Люди с повреждением мозга не получают повреждение сознания. Они имеют повреждённый компьютер, который не в состоянии передать сообщения сознания на физический уровень бытия.

Мысль является энергетическим полем, работающим посредством мозга, а не мозг работает сам по себе. Наши эмоции являются другим энергетическим полем, и эти разные уровни существования связаны посредством серии вихревых (энергетических узлов), известных ещё как «чакры» — это слово на санскрите означает «колёса света». Таким образом, стресс является полем нашей энергетической энергии, проявляемое, как разбалансированная вибрация, и проходящее вниз по уровням через чакры.

Чем же характеризуется наше состояние при стрессе и выражении эмоций? Мы перестаём трезво мыслить. Это разбалансированная эмоциональная вибрация, разрушающая ясность и баланс нашего поля умственной энергии. Уже несколько столетий назад был проведён один эксперимент. Привязали овцу рядом с клеткой, в которой находился волк. Через несколько дней овца заболела и умерла.<sup>3</sup>

Если стресс достаточно серьёзный и он долго продолжается — разбалансированная вибрация

---

<sup>3</sup> Кем вы являетесь для своего окружения – волком или овцой?

начинает влиять на физическое тело. Этот вибрационный дисбаланс взаимодействует с клетками тела, вызывая химические изменения в них, и это то, что мы называем «болезнью». Только на этом этапе «болезнь» интересует медицинские профессии, когда вибрационный дисбаланс наносит ущерб физическому.

Они либо выписывают медикаменты для реверсирования химических изменений в организме, либо берут пациента на хирургическую операцию, где ему отрезают результат этих химических изменений. Они лечат симптомы, а не причины, потому что не понимают, что такое в действительности есть человеческая сущность. Они видят, а потому и лечат только физическое тело. Когда устранена причина, её физические последствия исчезают, и это преподносится как «чудесное исцеление» — ничего подобного! Физическое тело имеет энергетическую «кальку», известную целителям как эфирное тело, и когда оно повреждено или разбалансировано, оно проявляет себя как физическая болезнь. Можете представить это себе как «эфирное тело», стоящее у бассейна — и его отражение в воде будет физическим телом. Т. е. обычная медицина лечит отражение в зеркале. Когда «эфирное» изменяет своё состояние или форму каким-либо образом — то же случается и с физическим. Если Вы поддерживаете свой «эфирный» и ментальный (мыслительный) уровень в хорошей форме — физическая, тоже будет всё в порядке»<sup>4</sup>.

«Как нельзя приступить к лечению глаза, не думая о голове, или лечить голову, не думая обо всём организме, так нельзя лечить тело, не лечя Душу» (Сократ). Знаток медицины Гиппократ тоже выступал за то, что организм — это единая структура. И подчеркивал, что очень важно искать и устранять причину болезни, а не только её внешние признаки.

### Что лечат психологи?

*Труднее всего выбраться из ловушек,  
которые расставляет собственная психика.*

*Неизвестный автор*

Настоящие целители души, в том числе и психологи, лечат и устраняют дисбалансы негативных эмоций, которые перерастают в негативные энергии, что приводят к физическому

---

<sup>4</sup> «Дети матрицы» Дэвид Айк.

эффекту. Целители делают это, используя своё собственное тело для «передачи» энергии от бесконечного источника вокруг них через свои руки к пациенту. Психологи обучают человека менять своё мышление в сторону позитива, при котором человек излучает такую частоту вибраций, которая созидает и лечит всё вокруг, в том числе и себя самого! Сила мысли и слова давно уже доказана научным миром, многие об этом знают, но мало применяют к своей жизни, но как говорится, каждому своё время осознания.

### **Эзотерическое целительство не для всех людей**

Если взять определение болезни эзотерической медициной, то это только симптом, СМС о чём-то важном. О том, что человек уходит от контракта со своей душой! Эзотерическое целительство будет пригодным далеко не для всех людей, всё зависит от эволюционной зрелости человека. Почему многие ещё не готовы?

Оздоровление, как и лечение телесных и душевных недугов, есть частный случай совершенствования. Если человек не готов к самосовершенствованию и ответственности за свою жизнь, если у него все виноваты в его несчастьях, значит, ему не подходит ЭМ.

Ответьте на следующие вопросы, и Вы узнаете, для Вас ли эта информация:

1. Кто виноват в Вашем состоянии здоровья? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. Что Вы готовы поменять в своей жизни? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. Сколько готовы часов, минут работать в день? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. Чем Вы готовы пожертвовать и с чем расстаться? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. За что Вы можете поблагодарить свою болезнь? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
6. Верите ли Вы, что мысли материальны? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. Вы готовы реально меняться? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. Вы можете сами изменить свою судьбу? \_\_\_\_\_

9. Верите в Высшее начало, переселение Душ, карму?<sup>5</sup>

---

Как Вы сами считаете, Вы готовы к реальной каждодневной работе над собой по лёгким упражнениям? Если да, то от Души рада Вас приветствовать в команде гармонизаторов — Целителей душ человеческих.

### Что такое болезнь?

*Болезнь напоминает о том, что ты ещё живой — это приятное проявление внимания.*

*Александр Боровик*

Болезнь — неестественное состояние, которое является свидетельством рассогласования между органами тела, психикой и законами Вселенной. Нельзя восстановить здоровье, пока не восстановлен баланс гармонии с собой и гармонии с внешним миром.

Болезнь — это сигнал о дисгармонии. Если человек простудился, то это не оттого, что он промочил ноги и переохладился, а от того, что он возвращает в себе обиду, раздражение, гнев или недоволен поведением других, застрял на осуждении других. А может, его съедает чувство вины, стыда, или человек в корне не согласен с тем, что с ним происходит. Этот список можно продолжать долго. Если лечить симптом, то болезнь переходит на другой орган или мигрирует по всему телу, ища уязвимые места. Если попадается хороший доктор и человек питается правильно, соблюдая чистоту на уровне физического тела, «болезнь — напоминание о самом главном» переходит на психику.

Например, в моей практике регрессиониста<sup>6</sup> был случай. В сеансе регрессии смотрели у женщины причину рака груди. Выяснилось, что она уже не первую жизнь не может справиться со страхами. То за своих детей, то за любимого, то за себя, то присутствует страх Души не успеть выполнить кармический урок. Этим страхом она уничтожала всё вокруг.

А страх — это мощная энергетическая сила! Из-за её страха даже умерла её дочь в прошлой

---

<sup>5</sup> Карма — это вселенский закон причинно-следственных связей. Каждая мысль, слово, поступок является причиной и порождает следствие в будущем.

<sup>6</sup> Регрессионист является проводником в прошлые жизни и Тонкий мир.

жизни. В этой жизни наставники (ангелы-хранители) облегчили ей задачу, перенаправили внутреннюю энергию разрушения по кругу внутри тела, что сразу же сказалось на теле, она начала «съедать» заживо себя. Почему облегчили? Мы в ответе за тех, кого губим своей энергетикой, в том числе и себя. Как мы выяснили, причины рака в этой жизни — это последствия её собственных страхов. А также у неё был нарушен баланс, она больше брала из мира, чем отдавала. Вы спросите, в чём же был урок болезни? Научиться заменять страх любовью. Дарить и проявлять её больше, чем требовать от окружающих.

Симптом — это всего лишь напоминание, о кармическом или эволюционном уроке<sup>7</sup> Души.

### Узнала свой урок Души через эту болезнь

*Исцеление никогда не бывает случайным —*

*оно либо даруется человеку свыше, как искупление, либо зарабатывается им в поте лица  
работой над собой.*

Приведу ещё интересный случай поиска причин заболевания посредством эриксоновского гипноза. Моя ученица курса «Регрессия в прошлые жизни» по учебной программе курса пошла в Тонкий мир на «Совет мудрецов». Узнала причины своего недуга и получила конкретные рекомендации — как с ним справиться. Она просмотрела свои кармические задачи на это воплощение, плюс произошло исцеление в Тонком мире.

Елена:

«Вчера сходили с Ириной на Совет мудрецов. **Запрос «Заложённость носа с правой стороны».** За круглым столом в виде энергии было 3 мудреца. Задали вопрос про нос.

Показали, что это страх общения вообще. Урок Души через эту болезнь — принимать людей, которые не могут высказаться. Людям тоже сложно общаться.

**Что я должна делать?** — Я должна расслабиться и довериться.

Пришёл образ — я со светящейся и свободной душой, в области груди свет, этим образом я надышалась, вложила его в виде пёрышка себе в грудь. Я это состояние запомнила для лёгкого общения с людьми. Ирина дала много рекомендаций. Мы проиграли ситуации с методиками. Я прочувствовала и меняла свою реакцию на ситуации. Потом пошли снова на совет мудрецов, чтобы понять, усвоила ли я урок. Это уже было с уверенным чувством.

---

<sup>7</sup> Эволюционный урок – то, чему нужно научиться впервые. Кармический – это урок, который не выучен в прошлом. Это всё равно что остаться на второй год в школе.

После этого ощутила плотность в голове справа налево в области лба. Ощущение, что поступает информация, утяжеление в области лба. Представила ветерок, который распределяет эту информацию по всей голове. Опускается на глаза, ниже, ощущение заполнения. Информация может раскрыться в нужный момент. Своим намерением направляю энергию в правую ноздрю.

**Какие эволюционные задачи в этом воплощении?** Учиться, развивать себя, не хватает понимания, работа с душой, больше читать, пробовать. Постоянно перечитывать методики Полины, чтобы были доведены до автоматизма. Использовать их, практиковать. Когда это всё используешь, отсутствует страх общения.

**Какие кармические задачи из прошлого, на что обратить внимание?** Обратить внимание на себя, развивать себя. Сейчас я на начальном пути развития, много что не понимаю, надо развиваться. Поверить в себя, трудиться над собой. Каждодневный труд приводит к тому, что поверишь в себя.

### **Накидали план развития:**

1. Читать методики позитивного мышления. Внедрять, проговаривать, использовать.
2. Улыбаться чаще (повышает вибрации).
3. Радоваться успехам. Хвалить себя, поощрять себя.
4. Вести дневник успеха.

Опыт загружен. Радость в области груди в образе белой розы. Попросила внутреннего гномика поливать и ухаживать за этой розой, и она будет расти, как и моя уверенность».

## **Человечество повзрело**

*По-настоящему мы взрослеем не там,*

*где мы покидаем детство, но там, где детство покидает нас.*

*Бауржан Тойшибеков*

Эзотерические модели восстановления баланса особенно нужны сегодня в эпоху Водолея и особенно в целительстве. По словам Авессаллома Подводного: «Образовалась непробиваемая корка между плотным миром и Тонкими Планами». Люди в мыслях своих, в представлениях и пониманиях своих оторваны, отчуждены, отсоединены от Источника Силы, Света и Гармонии. Для достижения истинного здоровья человек должен стать

«гражданином двух миров». Каждый человек должен вспомнить, откуда он пришёл и что ему нужно сделать. Кроме этого нужно учиться видеть во всём (и вокруг себя, и внутри себя) Мир Высший, его влияния и промысел. И главное — понять, что у Вселенной в отношении Вас нет плохих намерений, мир вокруг Вас дружелюбен!

Каждое живое существо изначально является целостным, и человек в том числе. Но разум человека внутри себя разделит миры — внутренний и внешний, нарушил целостность.

И поэтому человек подсознательно в течение всей своей жизни стремится эту целостность обрести. В религии это называется стремление к Богу.

Но знания Высших законов будет мало для быстрого достижения цели — обрести гармонию, внутреннее спокойствие и физическое здоровье. Нужны реальные инструменты для замены негативного мышления — гнилой системы водопровода. Эти инструменты есть и отлично зарекомендовали себя на протяжении десятилетий — это психология позитивного направления. Именно синтезируя эти две дороги, я произвела на свет уникальную методику, которая даёт моментальные результаты по гармонизации Ума, Души, Тела и воссоединение с Высшим источником Света. Результат после её использования — здоровье Души и тела.

### **И традиционный русский вопрос — «Что делать?»**

Что делать, чтобы улучшить своё здоровье и свою жизнь? Меняйте своё мышление в сторону позитива и оптимизма. Делайте свой внутренний мир доброжелательным, и Ваше здоровье ответит Вам тут же с благодарностью. Как это сделать? Ниже приведена отработанная схема, которой успешно пользуются уже тысячи людей! И уже менее чем через несколько месяцев Вы своё здоровье не узнаете. У Вас будет всё здорово! Да что там здоровье, Вы себя не узнаете. Это будет новый интересный человек, который распространяет на весь свет позитив, тепло, радость, доброжелательность, свободу и гармонию и ЛЮБОВЬ пятого измерения. А с таким человеком хочется всем общаться и дружить, даже самому с собой.

Приятного путешествия!

## Глава 1. Сила мысли

*Мысль — вот первоначальный источник всякого богатства,  
всякого успеха, всякого материального блага,  
всех великих открытий и изобретений,  
а также всех достижений.*

*Клод Бристол*

### Насколько сила мысли огромна?

Мысль — это специфический, универсальный инструмент. Именно с помощью мыслей мы создаём наш уникальный мир. Деньги, дома, дороги, отношения с людьми — всё это было сначала мыслью. Когда появляется мысль, она формирует определённые способы поведения человека, которые позднее воплощаются в материальном мире.

Таким образом, наш мир является отражением наших собственных мыслей. Но прежде, чем мысль материализуется во что-то конкретное, она проходит определённые превращения. Как часто то, что Вы хотели в жизни, превращалось в реальность? Вспомните прямо сейчас.

### Особенность нашего мозга

*Мозгом наделён каждый.*

*Просто не все разобрались с инструкцией.*

*Неизвестный мне автор*

Мозг не очень-то хорошо различает реальность и фантазии. Если Вы представите себя где-нибудь на море, под пальмой, с холодным коктейлем, погрузитесь в это переживание, то Ваш мозг будет вести себя ровно так же, как если бы Вы действительно были на море с коктейлем. Такое свойство мозга приводит к тому, что можно даже накачивать мышцы — просто силой мысли. Доказано опытным путём. Разница оказалась между теми людьми, кто реально накачивал мышцы в жизни и кто в мыслях, всего лишь 25%.



### **Мыслью можно менять объекты**

*Добрые слова творят чудеса!*

Словом можно менять объекты, как в положительную сторону, так и в негативную — это уже научная реальность! А вот мысль имеет такую же силу или нет? Как Вы считаете?

Есть простые эксперименты у биологов. Американский учёный, селекционер-генетик Лютер Бербанк в ходе многих экспериментов по скрещиванию вида не мог убрать иголки у кактуса. Он разочаровался. И тогда от безвыходности стал разговаривать с кактусом, уговаривая его убрать колючки. И о чудо! Кактус его услышал, стал скидывать иголки. И в ряду поколений учёный полностью избавился от иголок, только лишь словом! И по сей день этот кактус живёт. Это говорит о том, что добрые слова творят чудеса!

Другой эксперимент. Есть группа российских учёных, которые мысленно задавали растениям форму, отличную от их природной, т. е. программировали себе нужные формы листочков, и в итоге получали желаемый результат.

### **Как влияет на человека чтение какой-либо литературы?**

Из журнала «Сельская новь», №4/1998 г. стр. 49. Статья «Не убивайте матом хромосому» (влияние мата). «Молекулы наследственности получают акустическую, световую и вибрационную информацию. Например, молчаливое чтение доходит до клеточных ядер по электромагнитным каналам. Один читаемый позитивный текст оздоравливает наследственность, а другой её травмирует. Но ещё более интересные заключения учёных после экспериментов сделали о влиянии мата на всё живое. Мат разрушает клетки на генном уровне.

### **Как влияет мат на человека?**

*Ты от зверей отличен слова даром —*

*Но лучше зверь, коль ты болтаешь даром.*

*Саади*

П. Горяев, учёный в области волновой генетики, утверждает, что с помощью словесных мыслей-форм человек созидает свой генетический аппарат. К примеру, ребёнок, взявший

от родителей определённую программу, начинает дебоширить, сквернословить. Тем самым он разрушает себя и свою среду — как социальную, так и психологическую. И этот «снежный ком» катится из поколения в поколение, приводя к деградации человечества. Смелое утверждение, не правда ли? Мы сейчас это рассмотрим в подробностях.

Разные учёные однозначно отвечают — бранные слова «взрываются» в генетическом аппарате человека, вследствие чего происходят мутации, которые поколение за поколением ведут к вырождению.

Горяев изобрёл аппарат, который переводит человеческие слова в электромагнитные колебания. Он увидел воочию, как влияет мат на молекулы наследственности ДНК. Если человек ругается, не переставая — его хромосомы начинают рваться и гнуться, гены меняются местами. В результате ДНК начинает вырабатывать противоестественные программы. Учёный зафиксировал, что бранные слова вызывают мутагенный эффект, подобный тому, что даёт радиоактивное облучение мощностью в тысячи рентген.

Эксперимент с облучением негативными словами много лет проводился на семенах растения арабидопсис. Почти все они погибли. А те, что выжили, стали генетическими уродцами. Эти монстры, перенеся множество болезней, передали их по наследству, через несколько поколений потомство полностью выродилось.

Но некоторые люди утверждают, что всё зависит от эмоциональной окраски того, кто произносит бранные слова, ведь некоторые разговаривают матом, даже читают лирические стихи и считают это нормальным. И таким людям есть что сказать — есть научное подтверждение, что этот факт не влияет на результат.

При экспериментах мутагенный эффект не зависел от силы слова. Они могли произноситься то громко, то шёпотом, то спокойно, то на эмоциональном взрыве. На этом основании учёные сделали вывод, что определённые слова обладают информационным воздействием на ДНК. Всё дело в информации, которую несёт слово.

Для убедительности был проведён прямо противоположный эксперимент. Учёные «благословляли» убитые радиоактивным облучением семена, говорили им добрые слова. И перепутавшиеся гены, разорванные хромосомы и спирали ДНК встали на свои места и срослись, т. е., говоря человеческим языком, убитые семена ожили.

А ведь генетический аппарат всех живых организмов работает по универсальным законам Природы. Например, ДНК мыши и свиньи схож с ДНК человека больше чем на 90%, а на них также производились эксперименты, и результаты одинаковы. Т. е. то же происходит

и с человеком. Вот так постепенно потомству передаётся программа самоликвидации.

### **Слова и мысли очень влияют на здоровье и генетику!**

*Сила слова беспредельна.*

*Удачного слова часто достаточно было,*

*чтоб остановить обратившееся в бегство войско,*

*превратить поражение в победу и спасти страну.*

*Жирарден Э.*

Скептик может усомниться: как обыкновенные слова могут влиять на наследственную программу? Дело в том, что представление о генетическом аппарате, состоящем только из химических веществ, устарело. Новая наука, «волновая генетика», автором которой является Пётр Петрович Горяев, свидетельствует: ген — это не только клетка, но и физическое поле — энергоинформационное, которое образуется вокруг хромосом и имеет голографическое строение. Вся информация о прошлом, настоящем и будущем организма содержится в свёрнутом виде в каждой точке волнового генома. Молекулы ДНК обмениваются этой информацией с помощью электромагнитных волн, в том числе акустических и световых.

Сегодня учёные научились «накачивать» ДНК положительной энергией света и звука. Запуская определённые генетические программы, они стимулируют резервные возможности организма. В результате безнадежно больные выздоравливали и оживали мёртвые растения. Также делаются эксперименты и на людях (добровольцах). Их больные органы восстанавливаются за считанные часы.<sup>8</sup> В то же время сразу сделаю примечание. Человеку бесполезно лечить физическое тело любыми приборами и таблетками без выяснения причин заболевания и их ликвидации. Болезнь на время уйдёт, перейдёт на другой орган или видоизменится, в том числе может перейти и на психику, что гораздо хуже.

Из этих экспериментов учёные пришли к ошеломляющему выводу: ДНК воспринимает

---

<sup>8</sup> Горяев делает уникальные эксперименты со своим физическим прибором. Он проецировал волны определённой частоты. В данном случае – негативные, на здоровый объект орган животного, и разрушал его, потом брал другие волны – позитивные, которые сначала копировал у здорового объекта и направлял на больной объект, и он моментально оздоравливался. Например, пожилой женщине пересадили информацию о здоровой поджелудочной железе её внука. Исцеление произошло моментально, а как побочный эффект у бабушки начали расти новые зубы, т.к у её внука на тот момент шла возрастная замена зубов.

человеческую речь. Её «уши» будто приспособлены к улавливанию звуковых колебаний. Позитивные слова пробуждают резервные возможности генетического аппарата. Проклятие разрушает волновые программы, а значит, нарушает нормальное развитие организма, как своего, так и чужого. Но это ещё не все чудеса, которые происходят под воздействием слова».<sup>9</sup>

Итого: чистим лексикон, чистим мысли, чистим свою ДНК.

### Эксперимент с водой, доказывающий силу мысли

*Нет магии сильнее, чем магия слов и мысли*

*Франс А.*

Японский исследователь Масару Эмото нашёл способ показать, как изменяется вода под воздействием слов и мыслей. Эмото говорит, что всё существующее имеет вибрацию. Написанные слова также имеют вибрацию, т. е. идентичный вибрационный код. Каждое слово имеет свой отпечаток, как пальцы на руке. И эта индивидуальная вибрация структурирует вокруг себя определённое физическое поле — ауру. Как он это вычислил? Он делал много экспериментов с водой. И понял, что вода является сильнейшим проводником этих вибраций. Брал одну и ту же воду. Разделял в разные бутылки. Наклеивал на одни ёмкости хорошие слова, на другие плохие. Замораживал воду и рассматривал кристаллы воды под микроскопом. Позитивные слова имели красивые, ясные очертания, ровные формы. Негативные слова, напротив, производили ассиметричные очертания, которые не формируют группы. Кристаллы воды были мутированы и напоминали человеческие язвы. О чём говорят эти эксперименты? О том, что плохие слова разрушают любую жидкую структуру! Человек на 80% состоит из воды. И как Вы думаете? Что делает человек, который постоянно думает о плохом, кто постоянно ворчит, ругается (в том числе матом), плачется, что всё плохо? Он выстраивает себе программу и структурирует свою физическую форму на молекулярном уровне. Но что самое интересное, он формирует вокруг себя энергетическое поле, которое воздействует на окружение. Есть ещё важнейшие новости с полей науки о том, что каждый человек сам себе формирует своё будущее посредством мысли.

---

<sup>9</sup> Из журнала «Сельская новь», №4/1998 г. Стр. 49. Статья «Не убивайте матом хромосому» (влияние мата).

### Торсионное поле

Сила мысли уже доказана в законах квантовой физики. Российские учёные сделали важнейшее открытие. Оно утверждает, что все объекты во Вселенной, в том числе и наши мысли, создают торсионное поле.

Что же это такое, и как это знание может помочь нам полнее узнать Законы Мироздания?

Академики Г. И. Шипов и А. Е. Акимов разработали теорию так называемых торсионных полей. За это открытие в 1997 году Шипов А. Г. был признан научным сообществом США «Человеком мира»!!! (А Вы знали об этом?)

### Есть ли Тонкий мир?

«Чёткое математическое описание Тонкого Мира, подтверждённое экспериментальными исследованиями, дал российский учёный Г. И. Шипов.

В 1967 году, заканчивая Московский университет и выполняя дипломную работу под руководством академика РАН Л. В. Келдыша, будущий учёный Г. И. Шипов заинтересовался одной из серьёзнейших проблем теоретической физики — программой единой теории поля, выдвинутой в начале века А. Эйнштейном. Последние 35 лет своей жизни Эйнштейн пытался сформулировать общую теорию поля, проще говоря, пытался открыть «формулу», которая описывает весь мир, а все остальные научные истины вытекают из неё. Но ему не удалось это сделать при жизни. Важнейшей проблемой XX столетия занимались выдающиеся умы:

Дирак, Картан, Клиффорд, Ньюмен, Пенроуз и многие другие. А решить эту проблему в результате двадцатилетней напряжённой работы удалось российскому учёному Г. И. Шипову.

Проблема создания единой теории поля получила своё решение в теории физического вакуума, разработка которой была завершена в 1988 году. Теория физического вакуума объясняет весь мир (и вещественный, и тонкий) и все его проявления языком формул и строгой научной логики».

Поскольку понятие Абсолютного Ничто крайне сложно и никто лучше Г. И. Шипова объяснить его, по-видимому, не сможет, используем дословно его высказывание по этому поводу. «С точки зрения формальной логики, Абсолютное Ничто как бы бессодержательно, и поэтому мы вынуждены его описывать специфическими, гуманитарными терминами, такими как Сверхразум, ибо этот уровень — со Сверхвозможностями, и — пока по непонятным нам причинам — он способен из себя создавать первоначальные планы. Вот я

и определяю его как Максимальный Устойчивый Уровень Реальности. И я говорю не о мифическом или гипотетическом явлении, а исключительно о физическом. Всё в этом мире исчезает, но этот уровень остаётся всегда. Он вечен. С него абсолютно всё начинается, и им же абсолютно всё завершается. Мир Высшей Реальности — мир планов, законов, отношений между элементами материи, и они, замечу, более устойчивы, чем сама материя.

Я утверждаю: есть новая физическая теория, созданная в результате развития представлений А.Эйнштейна, в которой появился некий уровень реальности, синонимом которого в религии является Бог — некая реальность, обладающая всеми признаками Божества. Я утверждаю только это. Не более того. Я не знаю, как это Божество устроено, но оно реально существует. Нашими методами его познать, «изучить» невозможно. И потом. Наука не доказывает, а лишь указывает на существование Бога. Да она и не претендует на большее — науку в основном интересует грубая материя».<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Тихоплав Т. С., Тихоплав В. Ю. Великий переход <http://selfpickup.ru/nauka-i-religiya/osnovy-tonkogo-mira.html>

**Жизнь — это зеркало или бумеранг**

*ЖИЗНЬ — БУМЕРАНГ.*

*К тому ведётся:*

*Что отдаёте, то и вернётся.*

*То, что посеешь — то и пожнёшь,*

*Ложью пробьётся Ваша же ложь.*

*Каждый поступок имеет значение;*

*Только прощая, получишь прощенье.*

*Вы отдаёте — Вам отдают,*

*Вы предаёте — Вас предают,*

*Вы обижаете — Вас обижают,*

*Вы уважаете — Вас уважают...*

*ЖИЗНЬ — БУМЕРАНГ:*

*Всё и всем по заслугам;*

*Чёрные мысли вернутся недугом,*

*Светлые мысли — Божественным светом...*

*Если не думал — подумай об этом!!!*

*Олег Гаврилюк*

Открытие торсионного поля объясняет многие понятия, в частности, Закон Притяжения плохого и хорошего в нашей жизни. Все знают, что мир — это бумеранг или зеркало: «Что посеешь, то и пожнёшь». И это подтверждает наука.

Торсионные поля — это микроскопические вихри пространства, которые возникают вокруг вращающегося объекта. Так как атомы и молекулы любого вещества имеют определённый спин (момент вращения), вокруг них возникают торсионные поля и повторяют форму этого объекта.

Открытие торсионного поля расставило по местам многое. Например, если объект находился

в пространстве и его убрали, то его торсионное поле остаётся ещё надолго. Пример. Если поднести листочек дерева к физическому прибору, измеряющему ауру, и просветить, то Вы увидите полный отпечаток. Если отрезать кусочек листочка и опять поднести к физическому прибору, то продолжительное время аура листочка будет прежней — целостной. Вот почему люди испытывают фантомные боли.<sup>11</sup>

Для торсионного поля не имеет значения расстояние. Оно передаётся почти мгновенно из одной точки Вселенной в другую. Место распространения торсионного поля — физический вакуум и электромагнитное поле.

Торсионные поля бывают правозакрученные и левозакрученные. То есть позитивного и негативного заряда. Поля с одинаковым зарядом притягиваются, с разными — отталкиваются. Именно это подтверждается жизнью: мы сами притягиваем те обстоятельства, которые в наших мыслях.

### **Мысль распространяется быстрее скорости света**

И самое интересное: торсионное поле передаёт информацию. Причём абсолютно не имеет ограничений по расстоянию и времени. Торсионное поле — это информационный отпечаток объекта. Не имеет значения, в прошлом, настоящем или будущем этот объект находится.

Ясновидящие могут видеть его отпечаток в виде торсионного поля. Что самое главное надо понять из теории торсионного поля для применения в жизни, так это то, что мысль — это торсионная структура. Мысль, как и любой материальный объект, создаёт торсионное поле. Как это выглядит?

Работа мозга создаёт электромагнитное излучение определённого качества (что думаем, то и создаём), а излучение создаёт торсионное поле. Мысль создаёт информационный отпечаток (торсионное поле) того, на что направлена.<sup>12</sup>

#### **Итого:**

Торсионное поле — это структура, которая, воздействуя на пространство, приводит к возмущению полей и зачатую физической материи. Если человек думает негативно о другом человеке или в общем: «Жизнь отстой! Все надоели! Идите вы...», — то он

---

<sup>11</sup> Это боль, которую пациенты ощущают после ампутации конечности. От 60% до 90% людей, которые лишились руки или ноги, говорят, что их мучают ужасные боли в конечностях, которых уже нет.

<sup>12</sup> Если жена\муж во время близости думает о другом человеке, то партнёр моментально имеет эту информацию на уровне подсознания. Получает эту же мысль и тот, о ком думают. Потом не удивляйтесь, когда ваш (а) муж\жена на пустом месте устроит Вам скандал, а то и побой. Ваши мысли стали достоянием всех, кто в этом процессе отмечен Вашей мыслью. И впоследствии прилетает бумеранг. Он может быть как хорошим, так и плохим, всё зависит от вашего посыла. Плюс или минус.



возмущает вокруг себя пространство, создаёт облако зла, все, кто в него попадают, начинают изменяться в соответствии с этим полем.

Пример из моей практики. Женщина выходит замуж за мужчину. Он уже был до неё женат. Не пил и зарабатывал хорошие деньги. Начав жить с этой женщиной, он стал пить, а его денежный поток как обрубили. Почему мужчина стал вести себя так? Потому что женщина излучала сплошные претензии и недовольство своим партнёром. Женщина терпела такого «безалаберного» мужа несколько лет, устала, развелась... И каково было её удивление, когда её, уже бывший муж, нашёл другую женщину. Женился на ней, перестал пить и опять стал зарабатывать хорошие деньги. А сколько мужчин и женщин выбирают себе в спутники жизни партнёров, похожих на отца и мать, с негативными моделями поведения? Сплошь и рядом ко мне на консультацию приходят такие клиенты.

### Свойства Торсионных полей — свойства мысли

1. Имеют голографическую природу.
2. Передают информацию.
3. Имеют высокую скорость распространения торсионных волн  $= 1\,000\,000\,000 \times C$ , где  $C$  — скорость света.  $C = 300\,000$  км/с. То есть практически мгновенно из любой точки Вселенной в любую точку.
4. Имеют высокую проникающую способность.
5. Обладают памятью.
6. Не имеют ограничений в направлении времени.
7. Интенсивность торсионных полей не зависит от расстояния.
8. Торсионные заряды одного направления вращения притягиваются друг к другу.

### Кто творит Вашу реальность?

*Он так долго думал о колбасе,  
что вокруг него стали собираться собаки!*

*С сайта <http://www.inpearls.ru/>*

Наличие торсионного поля объясняет и доказывает материальность мысли. А значит, мы все

Творцы, ибо без мысли мы не существуем! «Когда понимаешь, насколько далеко человечество продвинулось с пещерных времен, сила воображения ощущается в полном масштабе. То, что мы имеем сейчас, достигнуто с помощью воображения наших прадедов. То, что у нас будет в будущем, будет построено с помощью нашего воображения. Воображение важнее знания. Знание ограничено. Воображение охватывает весь мир», - Альберт Эйнштейн.

### **Наш мир изменился!**

*Элементарные частицы ждут команды от наблюдающего.*

*Они меняются в соответствии с их ожиданиями.*

Экспериментальные данные физиков. Глобальный переход всего на высшую октаву многомерного бытия подтверждает и наука. Статья, опубликованная в журнале Science (краткое содержание в Nature News), рассказывает о подтверждении наукой свершения квантового перехода на Земле и в Космосе.

Учёные-ядерщики работали с ядром атома водорода (он же протон) и зафиксировали пульсацию частицы протона: он то уменьшался, то снова становился обычных размеров.

Учёные считали это ошибкой, влиянием извне, но, в конце концов, протон принял новое значение. Было сделано открытие, что частица протона уменьшилась на 4%. Диаметр атома водорода составлял  $0,87 \cdot 10^{-15}$  м (одна триллионная миллиметра), теперь он равен  $0,84 \cdot 10^{-15}$  м. Для погрешности разница велика. Все исследования проводились с 1999 г. по 2013 гг. Изменилось всё — скорость, вращение, направление, диаметр протона. На первый взгляд, подумаешь, протон изменился, ерунда! Но вслед за ним «поехала» вся органика, так как одним из основных компонентов органических веществ является водород. Поменялась плотность материи. То, что считалось в ядерной физике незыблемым, предстало совершенно в другом виде. Словно мы инопланетяне и попали на другую планету, потому что плотность материи стала другой.

Эта огромная работа многих научных лабораторий заставила учёных всего мира сплотиться, забыв все распри. Порядка 10 ведущих институтов атомной физики перепроверяли друг друга, но всё время приходили к одной, новой, величине атома водорода.

Состоялся квантовый переход, частица с одного уровня энергии перешла на другой, при этом повела себя как нейтронная звезда — была большая, а стала маленькой. Можно считать, что мы живём на другой планете, поэтому некоторые физические законы начинают работать по-

другому.

Рождается иная материя. Элементарные частицы ждут команды от наблюдающего. Они меняются в соответствии с их ожиданиями.

Изменилось время, изменились энергия, материя, изменилось наше восприятие, и мы становимся теми многомерными существами, которые были изначально задуманы всеми высшими силами.

Как это теперь отражается на нас? Мир стал более отзывчивым, подумал — тут же сбылось!

В наше время надо думать не прежде, чем что-то сказать, а прежде, чем подумать, потому что очень быстро происходит материализация. Кто-то может говорить, что это материализуем не мы, а какая-то божественная энергия, а мы просто оказались в данный момент в данной ситуации.

Наши наставники и высшие силы смеются над такими умозаключениями, хотя они также причастны к этому процессу, они с удовольствием и с юмором помогают исполниться нашему заказу! Ответственность и возможности нам дали сполна, мы и есть та самая божественная энергия. Мы — подобие Высшего разума, его голограмма. И мы повзрослели,

перешли на новый уровень развития, сознания и вибраций. Высший разум открыл доступ к нам самим. Теперь мы сами творим свою реальность и наше будущее. Наше будущее на Тонком плане пусто. Многие ясновидящие видят пустые окна будущего своего клиента.

Оно не прописано. А кому писать? Догадайтесь. Только Вам самим! Я, Вы, все, кто высказывает намерение. Именно от правильного намерения зависит счастливое будущее.

Поэтому нужно думать! Думать, прежде чем подумать, а тем более что-то желать. Желать себе, близким, нашей цивилизации, нашей планете только лучшего и позитивного. А как обычно думает сейчас человек, творя магию на уровне быта?

Представляете, какое будущее сейчас программирует наше человечество, учитывая массовое негативное мышление?

И первый новый шаг каждого человека — научиться осознанности, отслеживанию и тотальному контролю мысли. А что мешает контролю мысли? Прошлый негативный опыт.

В психологии это называется выученная беспомощность, устаревшие знания, догмы, шаблоны и стереотипы реакций, ритуалы и суеверия: «Кошка перебежала дорогу — к беде!»

Настало время проницательности Нового сознания. Всё очень быстро трансформируется.

Предпочтение только за человеком. Что выбрать и куда повернуть? Выбор за Вами!

«Если человек отказывается допускать или принимать новую реальность, то уже обновлённая

клетка будет трудиться по старым меркам сознания своего хозяина. Наше сознание держит всё — это буквально, это не образные слова» Академик В. Миронова, биофизик, работала в Космическом Центре 20 лет, специализация — «закрытые» открытия.

И здесь самое главное — понять, принять, запомнить и жить исходя из того, что каждую минуту мы творим свою реальность своими мыслями. И если она (реальность) нас не устраивает, то единственный способ её изменить — это изменить свои мысли, убеждения, ментальные программы. Как? Нижеприведённые методики Вам в помощь. Шаг за шагом Вы будете учиться этому искусству создавать свою реальность посредством мысли и действия. И ещё пару слов о тех Высших законах, которые уже должен знать каждый! Незнание законов не освобождает от их исполнения.

### Немного о законах Вселенной

*Любовь и мудрость — вот закон Вселенной.*

*Через любовь — спасение человека.*

*Через мудрость — возвышение его...*

*Автор неизвестен*

Если какая-то клетка организма начинает оказывать разрушительное воздействие на себя — это называется аутоагрессия, в таком состоянии она запускает программу самоуничтожения. Не удивляйтесь потом раку или другой тяжёлой болезни. Если Вы (клетка Вселенной) посылаете разрушительные мысли другому человеку (другой клетке Вселенной), например, ненависть, злость, обиду, зависть, осуждение, претензии, или Вы прокручиваете негативный сценарий в голове с участием другого человека, то Вы всё равно разрушаете самого себя, но уже опосредованно. Почему так?

Потому что Вы — частица/клеточка Вселенной, равно как и другой человек. Такая же частица этой же Вселенной, одного Организма! Направляя негативные мысли на другого человека, другую клеточку, Вы тем самым отрицаете существование другой клетки одного целого Организма. А так как мы все живём в одном ТЕЛЕ, то Вы тем самым отрицаете самого себя. Важно помнить, что каждая клетка, даже самая «плохая», здесь зачем-то нужна. Вселенной видней, зачем! Нам неведом Высший замысел, но во время путешествия в Тонкий мир на Совете мудрецов, если задать вопрос про конкретного человека, то его роль в Вашей

жизни становится понятной.

Вселенная, как Главный Организм, автоматически начинает выправлять больную клетку, которая работает против своего Организма, фактически его травит. И Высшее разумное начало начинает учить клетку, через болезни, несчастные случаи и прочее. Потому что до неё так быстрее доходит, она начинает задумываться. «Жизнь учит нас шёпотом любви, но если мы не слышим этот шёпот, нас начинают учить рупором страданий». Страдания исцеляют Душу. Если клетка не понимает многочисленных сигналов высшего Организма, то Он о ней заботится — её убирают с плотного плана, чтобы та не отравляла его весь и не отягощала свою карму, меньше потом отработывать в будущем. Душа отправляется домой на разбор полётов этого воплощения. Всё просто.

### **Почему Вселенной не жаль человека, почему она посылает ему обучение через «несчастья» и болезни?**

Для Вселенной тело человека не так уж и дорого. Потому что Душа человека вечна. Реинкарнация уже доказана, и есть серьёзные медицинские доказательства этого феномена. Читайте об этом в моей книге «Твой выбор в большой игре», или найдите в интернете исследования парапсихолога Яна Стивенсона. Очень убедительно, особенно для скептиков. Для Вселенной Душа намного важнее, и она всеми способами её стимулирует (кого-то больше кнутом, кого-то пряником), чтобы Душа работала не в патологическом режиме, а выполняла свои здоровые функции, работая на благо всего Организма. Она заставляет человека продвигаться вперед, помогает личности меняться и эволюционировать, самосовершенствоваться. Помните, человек на Землю приходит для приобретения жизненного опыта и роста Души.

### **Что хочет от нас Вселенная?**

*Понимание законов Вселенной даёт человеку внутреннюю свободу...*

*Автор неизвестен*

Высшие силы хотят, чтобы человек брал на себя ответственность за свою жизнь, признавал свои ошибки и без эмоциональных стенаний исправлял их. Чем больше человек страдает, тем больше он будет «получать тяжёлых уроков». Почему? Да потому, что всё, что посылается, плохое и хорошее (карма называется), честно заработано своим «непосильным

трудом»! Женщина говорит, что она такая злая, потому что жизнь тяжёлая. А фишка как раз в том, что тяжёлая жизнь от того, что она злая. Вселенной, как начальнику от подчинённого, не нужны плачи по невыполненному заданию, ей нужна ответственность и выполнение работы. Иначе она его увольняет. Вот так всё просто!

Надеюсь, Вы поняли обоснование того, **ЗАЧЕМ СВОИ МЫСЛИ ДЕРЖАТЬ В ЧИСТОТЕ И ПОЗИТИВЕ**. Если нет, читаем дальше. И конечно, Вы имеете полное право жить так, как Вы привыкли. Можно и дальше плевать против ветра. Свобода воли превыше всего — это наиважнейший Закон Вселенной!

А если Вы вышли на новый уровень духовного развития и поняли смысл этого важного шага — **НЕ УНИЧТОЖАТЬ** соседнюю клеточку Вселенной, а жить с ней в сотрудничестве, то с благословением Вселенной начните внедрять в свою жизнь **НОВЫЙ СТЕРЕОТИП ПОЗИТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ И ПОВЕДЕНИЯ**. И начнём мы с самого простого, с такого распространённого качества, как **ОСУЖДЕНИЕ**. Этой любимой деятельностью, **«ПЕРЕМЫВАНИЕМ КОСТЕЙ БЛИЖНЕГО»**, занята большая часть населения нашей планеты в свободное время суток.

Кстати, многие люди, которые начали практиковать это упражнение, сразу почувствовали изменения в лучшую сторону на физическом уровне. У них появилась дополнительная энергия, сила, радость, интерес к жизни и даже мотивация на новые свершения, ведь вибрационный уровень **«ПРИНЯТИЯ»** составляет 350 единиц по шкале Хокинса. А это гораздо лучше, чем осуждение (50 единиц). Закрепите этот уровень, а позже выйдете и к 700 единицам — это «просветление». Таких людей здесь очень мало! Как Вы думаете, на каком же уровне вибраций сегодня находитесь Вы?

### **Как улучшить здоровье и повысить свои вибрации?**

*Учитесь выбирать свои мысли,*

*как выбираете в шкафу одежду каждый день.*

*к/ф «Ешь, молись, люби»*

Меня, как парапсихолога, часто спрашивают:

1. Как поправить своё здоровье?
2. Как повысить свои вибрации?

3. Как быстро отработать свою негативную карму?

4. Как выйти на высокий уровень духовности?

5. Как РЕАЛЬНО соблюдать законы Вселенной?

6. Как быть на одной волне с Высшим началом?

Ответ прост, для начала осознайте, что любая наша мысль, слово, эмоция, тем более действие — это, прежде всего, вибрация. Если Вы пребываете в негативных мыслях, в депрессии, да при этом ещё испытываете негативные эмоции в отношении кого-то: обиду, чувство вины, агрессию, претензии, негативную критику, осуждение себя или других и т. д.), то Вы моментально понижаете свои вибрации, оказываясь в низшем астрале Земли (об этом чуть ниже). Тут же по подобию Ваших торсионных полей, к Вам могут прицепиться сущности разных уровней и разного порядка (для Вашего же обучения). Вам это надо?

Думаю, что точно лишнее... Но Вы спросите, как быть с обидчиками? Куда девать душевную боль от предательства? Что

делать с чувством вины? Я отвечу Вам хорошим рассказом из Интернета. Я от всей Души БЛАГОДАРИЮ автора за такое чудесное произведение.

### Время лечит?

— Время! Вре-мя!!! Ну, где же это «чёртово» Время???

— Ну, я Время. Чего орёшь?

— Чего ору, чего ору! Надо, вот и ору! Ты почему меня не лечишь?

— Я? А с какой стати? Я тебе что, доктор, что ли?

— У меня Душа — вдребезги! Одни осколки!

— Ну, давай, замету, что ли... Могли бы и сами убраться, да уж ладно. Всё, видишь, чисто стало, я потекло дальше.

— Куда? Куда??? А внутри?

— Чего внутри?

— Так это... Внутри тоже надо убраться! Душа же изранена!!!

— Ну, так лечи её, свою душу!

— А ты? Говорят же — «время лечит»???

— Врут. Или ошибаются. Время затягивает, заносит песком. «Пыль веков» — слышал такое? Накидаю сверху, не видно будет... А под этим — всё та же рана. Ещё и загноится, чего доброго.

— Ну, так ты же должно лечить?

— Как, скажи на милость? Аспирином? Мазью Вишневского? Клизмой? Как лечить-то?

— Ну, стирать воспоминания... Очищать от груза прошлого... Растворять старые обиды... Расставлять всё по полочкам? Разве нет?

— Ох и халявщики вы, хомосапиенсы! Всё Вам должен кто-то прийти и что-то сделать. А чего бы самим не попробовать?

— Что попробовать?

— Очиститься от груза прошлого, растворить старые обиды, расставить всё по полочкам.

Словом, употребить Время — то есть меня! — с максимальной пользой! Покопаться в себе, навести в Душе порядок, понимаешь...

— Ну, ты что!!! Туда же больно лезть!!! Там сплошная рана, до сих пор кровоточит!!!

— Знаешь что? Кровоточат те раны, которым всё время покоя не дают! Тревожат их почём зря. Ты зачем себе раны растравляешь?

— Я??? Я не растравляю! Оно само!

— Само ничего не происходит. Всё время имеется некто, совершающий действия. Или бездействия. Вот ты какие действия совершаешь, чтобы раны залечить?

— Ну... Стараюсь об этом пореже вспоминать. Не думать. Не допускать подобных ситуаций.

— Это каких же?

— Ну, не влюбляться... Меня же любовь ранила!!!

— А любви-то хочется, небось?

— Хочется... Только боюсь. Уж очень она больная, эта любовь!

— Любовь не больная. Это рана твоя больночая. А ты её, наверное, ещё и обидами растравляешь? И гневом напиваешься?

— Нет, ты что! Всё давно забыто, прощено, отпущено!

— А вот и врешь! Было бы забыто-прощено-отпущено — не болело бы! Где болит — там нарыв, где нарыв — там гнойник, где гнойник — там подавленный гнев, на себя или на других, а чаще — и то, и то. Имей в виду: себя обмануть можно, Время не обманешь. Я всё вижу и всё учитываю.

— Ну, скажи, Время, как можно простить предательство? Или измену? Или смертельное оскорбление? Это же было, было?

— Ага, вот именно, БЫЛО. То есть осталось в прошедшем времени. Там, далеко. А ты уже в этом моменте. Тут всё по-другому. И ты уже другой. Закалённый прошлым опытом,



вооружённый знаниями и умениями.

— Но память-то, память, её куда не денешь?

— А зачем её девать??? Она на то и дана, чтобы не наступить на те же грабли ещё раз. Чтобы на этот раз всё получилось по-другому. Опыт-то тебе на что был дан???

— Ага, вон как... Ну, предположим. А вот скажи, Время, куда девать этот багаж? Ну, предательство, измену, оскорбления? Ведь оно из прошлого так и тащится, так и высовывается!

— Для того и высовывается, чтобы с ним разобрались, проанализировали и отпустили. Кончай обижаться! Понимаешь, обиды — это такая штука едкая, они всё равно что соль на рану, не дают ей заживать, будоражат.

— А как не обижаться-то, если обидно?

— Обидно, потому что в точку! В болевое место, значит! Если тебя это не касается — чего тебе обижаться? Так, отскочит, как от стенки горох.

— Предательство отскочит?

— И предательство отскочит. Потому что его не существует.

— Как не существует???

— А никак не существует. Просто тебе чей-то выбор активно не нравится, неудобен он тебе, неприятен, вот ты и голосишь: «Ах, меня предали!» А вообще-то — просто какую-нибудь игрушку отобрали.

— Ах, как у тебя всё просто получается! «Игрушку», видите ли! А если ты на эту «игрушку» полжизни положил???

— Ну и кто ж тебя заставлял? Зачем полжизни на одну игрушку тратить? Ведь с течением времени всё меняется, одно уплывает, другое появляется... Время изменчиво, знаете ли... И Мир изменчив. Потому что я — одна из характеристик Мира.

— И что из этого следует, я никак не пойму?

— Скажи спасибо тому, кто тебя предал или обидел, за то, что вырвал тебя из застоя, внёс изменения, заставил двигаться. Никогда не говори «Остановись, мгновенье, ты прекрасно!». Опасно это — мгновения останавливать. Время не ждёт! Застой — это смерть. Движение — это жизнь.

— Так, выходит, тебе рану нанесли, а ты ещё и в ножки кланяться должен?

— Да никто никому ничего не должен. Хочешь — обижайся и страдай, раны свои углубляй. Не хочешь — поклонись и дальше иди себе спокойно, сохраняя душевное равновесие. Как

пожелаешь, так и сделаешь.

— Слушай, Время! А ты, правда, не лечишь? А то знаешь, мне вот как-то уже вроде легче стало...

— Это потому, что ты сам уже кое-что по полочкам разложил. Как в магазине. Или нет — как в краеведческом музее. А я, Время — экскурсовод. «Обратите внимание, в этой витрине мы можем видеть древние Обиды, буквально ещё до новой эры. Извлечены почти целенькими, засушены, классифицированы, переданы в дар Музею. А на этом стенде Сосуд Скорби, в настоящее время он пустой, хотя при раскопках был полон под завязку. Вот эта жуткая тварь в своё время обитала в районе человеческого позвоночника, называется Чувство Вины. Теперь оно в виде чучела хранится в нашем музее... Идём к следующему экспонату.

Бюст Тирана, был низложен и свергнут в Новые Времена. Галерея портретов Изменщиков Коварных, как видите, их немного, последний был давно, потому что династия быстро пришла в упадок после Первой Позитивной Революции». Ну и так далее. А у входа, на почётном месте, портрет основателя и хозяина Музея, то есть тебя, и золотая табличка с твоим именем. Как тебе такой расклад?

— Слушай, Время, а ты, оказывается, креативное! И с чувством юмора!

— А как же! Без креатива и юмора с вами, серьёзными, долго не протянешь... А я вот от начала веков существую, и ничего, не иссякаю!

— Значит, ты говоришь, что я всё время зря обиды копил?

— Ясно дело, зря! Нужен тебе такой склад боеприпасов замедленного действия? От них же фон похлеще радиационного! Всю жизнь отравляет. Так что прости всех от Души — и освободись.

— Знаешь, мне уже как-то даже и хорошо. Только вот осадок какой-то остался... Вроде как себя отругать хочется — чего ж это я раньше не догадался тебя спросить?

— Осадок — это Осуждение. Брось немедленно себя осуждать! Всему своё Время. Значит, раньше готовности не было, а сейчас нормально, дозрел. Ладно, бывай! Мне двигаться надо, а то пока я тут с тобой калякаю, для кого-то, может, Время остановилось.

— Да, конечно! Надо — значит, надо. Спасибо за науку. Очень ко времени этот разговор случился. А то глупостей всяких во мне было понапихано — мама не горюй!

— Всё хорошо! Глупость — детская болезнь. Сам увидишь, со временем пройдёт.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> Эту сказку написала Эльфика, или Ирина Смолина – телесно-ориентированный психолог, сказкотерапевт, а в первую очередь – счастливая женщина, которая верит в чудеса, умеет любить и радоваться жизни и учит этому своих читателей.

Так как же выходить быстро и надёжно из негатива? Упражнение «Презумпция невиновности личности, или Плюс 100 к моей карме» поможет Вам наработать за ОЧЕНЬ короткий срок здоровую привычку быть всегда на высоких вибрациях. Но прежде, чем Вы начнёте его осваивать, Вам нужно узнать, как выглядит шкала вибраций.

### Тело через мышцы говорит правду

*Наше тело всё время говорит с нами.*

*Если бы мы только нашли время послушать.*

*Каждая клетка тела реагирует на каждую нашу мысль и каждое слово.*

*Луиза Хей*

Дэвид Р. Хокинс (David R. Hawkins) — известный преподаватель и специалист по процессам мышления. Пожизненный член Американской психиатрической ассоциации, работал психиатром с 1952 года. На основе проведённых экспериментов была создана «Кинезиология» — научная и практическая дисциплина, изучающая мышечное движение.

Был сделан вывод: тело «понимало» и с помощью мышечных сигналов указывало, что для него хорошо, а что причиняет вред. А ещё тело говорит правду. Это показал мускульный тест.

Если человек врёт, то его мышца слабеют, если говорит правду, они напряжены.

Например, испытуемые всегда ощущали мышечную слабость, взяв чистые конверты с искусственным заменителем сахара, и чувствовали мышечную силу, прикоснувшись к конвертам с натуральным веществом. Многочисленным опытным путём было установлено — мышцы укрепляются или ослабевают под влиянием: позитивных или негативных эмоциональных и интеллектуальных, а также психических факторов.

**Эмпирическим путём было выявлено:**

1. Позитивный раздражитель повышает мышечный тонус, негативный — приводит к ослаблению мышцы.
2. Кинезиологическая реакция отражает способность организма отличать анаболические (отдающие энергию) от катаболических (потребляющих энергию), а также истинные от ложных.

Например, выявлено – улыбка и позитивные слова и фразы: «Я в тебя верю и поддерживаю!»

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

придают силу физическому телу, оно становится крепче, иммунитет улучшается. Слова «Я тебя ненавижу» делают тело и иммунитет слабее. Друзья, делайте выводы! Выпишите эту фразу себе на видное место. Через двадцать лет экспериментов и исследований Дэвид Хокинс составил удивительную карту географии человеческого опыта. Шкалу определения и повышения уровней вибраций.

### Шкала уровней вибрации личности

Восприятие Бога	Восприятие жизни	Уровень	Оценка	Эмоция	Процесс
Высшее Я	Она просто существует	Просветление	700-1000	Невозможно выразить словами	Чистое сознание
Все сущее	Совершенная	Гармония	600	Счастье	Вдохновение
Единый	Целостная	Радость	540	Покой	Метаморфоза
Любящий	Доброжелательная	Любовь	500	Уважение	Откровение
Мудрый	Многозначная	Разум	400	Понимание	Обобщение
Милостивый	Гармоничная	Принятие	350	Прощение	Превосходство
Вдохновляющий	Обнадеживающая	Готовность	310	Оптимизм	Намерение
Дающий возможности	Удовлетворительная	Нейтралитет	250	Доверие	Освобождение
Позволяющий	Подходящая	Смелость	200	Утверждение	Полномочия
Безразличный	Требующая	Гордыня	175	Пренебрежение	Чванство
Мстительный	Враждебная	Гнев	150	Ненависть	Агрессия
Отрекающийся	Неутешительная	Желание	125	Стремление	Зависимость
Наказывающий	Пугающая	Страх	100	Волнение	Убегание
Высокомерный	Трагическая	Горе	75	Сожаление	Уныние
Осуждающий	Безнадежная	Апатия	50	Отчаяние	Отречение

Карающий	Злая	Чувство вины 30	Обвинение	Разрушение
Презирающий	Жалкая	Позор 20	Унижение	Уничтожение

### На каком уровне вибраций сейчас находится человечество?

*Иногда так трудно поверить, что человечество состоит из людей...*

*Автор неизвестен*

Выяснили, что уровень вибраций гориллы составляет 220 единиц по шкале Дэвида Хокинса, а человечество в общей массе — всего 180 единиц. Впечатляет, не правда ли? Хотите ли Вы находиться на таком уровне? Ну, если Вы дружите с кармой, то вряд ли... Для меня это точно низковато. Мне больше импонирует уровень состояния моего внутреннего мира от 500 единиц: любовь, гармония, просветление... Если Вы тоже хотите быстро выйти на этот уровень, то моё авторское упражнение «Презумпция невинности личности, или Плюс 100 к моей карме» поможет Вам сделать это очень быстро.

Ну, вот и само упражнение. И если Вы всё честно дочитали до упражнения, то Вы большой молодец и Вселенная за Вас очень порадовалась! Откуда я знаю? Я постоянно на связи с Тонким миром, профессия моя такова — я регрессионист, вожу людей в Тонкий мир и прошлые жизни, получая оттуда важнейшую информацию для человечества. И там Высшие мудрецы мне постоянно передают послания для всего человечества. Итак, первая практика. Выпишите этапы упражнения себе в блокнот и носите его пару недель при себе.

#### **Этапы работы по упражнению «Презумпция невинности личности, или Плюс 100 к моей карме»**

1. Поймать себя на мысли осуждения (или другой негативной программе).
2. Проследить эмоциональность, поймать эмоцию\чувство (осуждение, злость, раздражение, ненависть...). Когда Вы начинаете анализировать происходящее, Ваши эмоции уходят автоматически на второй план, это особенность нашего мозга, и ей нужно пользоваться!
3. Задать себе вопрос: «Зачем я это делаю? К какому результату меня это приведёт?»
4. Стереть свою первоначальную программу, повторить: «Стёрто, стёрто, стёрто...» или «ОТМЕНЯЮ». Сделать это через визуализацию (воображение), как будто Вы стираете

ластиком или тряпочкой эти слова в пространстве.

5. Попросить прощения у человека, в чей адрес была послана программа. Кстати, на этом месте можете оказаться и Вы сами, например, с чувством вины.

6. Дать поддержку на Тонком уровне, мысленно произнести: «У тебя всё получится, я в тебя верю!!!» Таким образом, Вы становитесь для человека психологическим спонсором, повышаете его вибрации и свои соответственно. Вы становитесь подобием Творца. 7. Послать человеку благодарность за урок.

Немного юмора из Интернета: «Знаете, в автобусе есть такая перекладина, которая отгораживает водителя от салона. Туда обычно детей загоняют, чтобы их не толкали. Так вот еду я в автобусе и наблюдаю ситуацию. Едут две бабки, одна везёт яйца в пакете. Толкают бабку, она оказывается почти у водителя и, чтобы яйца не разбились, опускает руку через перекладину. Другая бабка с конца автобуса орёт: «Тимофеевна, ты где, иди сюда!»

Та на весь автобус: «Да я не могу, я у водителя яйца держу!» Водитель в микрофон: «Спасибо за поддержку!» Всеобщая истерика смеха...))))))»<sup>14</sup>

Да, поддержка через юмор — это высший пилотаж!

### Правильная поддержка детей

*«У неё нет шансов», — громко заявили обстоятельства.*

*«Она неудачница», — крикнули люди.*

*«У неё всё получится», — тихо сказал Бог.*

*С сайта <http://www.inpearls.ru/>*

Сарказм и неверие перекрывает таланты своим близким.

Будьте для своих детей настоящим подобием Бога. Для детей такая поддержка **ОЧЕНЬ ВАЖНА!** Дорогие взрослые, не перекрывайте своими негативными мыслями (сомнениями, сарказмом и недоверием) скрытые способности и таланты Вашего ребёнка. Когда-то я задавалась вопросом, почему я немею, в прямом смысле, перед некоторыми людьми, словно у меня пропадает дар речи. Я начинаю заикаться и двух слов связать не могу. А с кем-то могу говорить очень легко, и мудрость мысли проявляется. Я часто спрашиваю своих учеников на вебинарах, бывает ли с ними что-то подобное? И большая часть отвечают, что такое

---

<sup>14</sup> С сайта <http://inpearls.ru/>

с ними случается сплошь и рядом. Вспомните свой опыт. Меня очень заинтересовал этот вопрос, и я нашла ответ в теории торсионных полей. Например, если человек внутренне настроен на меня скептически, со злорадством, не верит в меня или постоянно сомневается, то тем самым его негативно настроенное торсионное поле накладывается на моё. Которое тоже изначально слабовато из-за сомнений в своих способностях и талантах. Что получается в итоге? Догадались? На энергоинформационном уровне один топит другого, к минусу прибавляется ещё больший минус. Мне извне блокируют скрытые возможности.

Когда же мудрая личность верит в своего близкого человека, то он становится подобием спасательного круга. И на Тонком плане (вибрационно) придаёт ему силы. Тут же и у него открываются дополнительные возможности, способности. Человек начинает легко говорить, как будто ручеек льётся. Как говорится, «ларчик просто открывался». Верьте в людей (особенно в детей), поддерживайте их, станьте для них психологическим спонсором, растите им крылья, и Вселенная Вам ответит тем же! Подробно об этом ещё поговорим чуть ниже.

### **Секрет здоровья прост**

*Первый шаг к началу новой жизни удивительно прост: нужно всего лишь следить за течением своих мыслей и направлять их соответствующим образом...*

*Джон Кехо*

Станьте Здоровой клеточкой Космоса на уровне мыслей. Измените мышление в сторону позитива, оптимизма. Внушайте себе только позитивные намерения и программы, и только этого будет достаточно, чтобы изменить своё тело и жизнь. Есть побочный эффект при изменении себя — меняется мир вокруг! А как научиться позитивному мышлению? Уже давно отработана методика, которая проста, легка и очень эффективна. И ниже Вы её получите. Нужно каждый день отрабатывать своё мышление и поведение до уровня рефлексов.

### Почему у многих нет результата от духовного развития?

*Ключи к жизни. Ключи к выживанию. Их несложно найти. Но нужно ещё знать, где двери, к которым они подходят, чтобы не пришлось ходить с тяжёлой связкой от одной двери к другой и пробовать каждый ключ.*

*Элисабет Рюнель. Серебряная Инна*

Многие приходят ко мне в школу, на курсы, на открытые вебинары и говорят: «Я 10—20 лет занимаюсь над собой, читаю, хожу на курсы и тренинги, а результатов нет. В чём секрет?» Человек смотрит на лестницу развития, а не идёт по ней. Теорию знает, а практику если и делает, то несерьёзно, поверхностно. А некоторые и теории толком не знают, живут на автопилоте, не замечая своих негативных программ. Например, женщина идёт в церковь и там долго молится, честно и искренне хочет приобщиться к духовному. Выходит из церкви и видит ребяташек, которые мусорят фантиками от мороженого. Вслед им кричит с негодованием: «Ну почему Вы такие свиньи, и кто Вас воспитывает?...» Что сделала эта женщина? Она подняла свои вибрации, а потом на автомате полезла в ментальную и поведенческую помойку. Что делать? Очистить себя на ментальном уровне. Необходимо внедрить до автоматизма позитивные способы мышления и поведения. И эта работа должна происходить каждый день на протяжении всей последующей жизни, потому как негативных программ в нас заложено столько, что хватит разгрести не одну жизнь. Эти программы скрыты от собственного взора и работают на автопилоте. Но для начала достаточно Вашего желания сделать свою жизнь качественней, радостней и счастливей. Далее нужно тратить всего лишь 20—40 минут Вашего времени, каждый день работая над своими реакциями. Методики есть, они простые, лёгкие и очень эффективные.

### Первое домашнее задание

*Не годится требовать от детей — даже от взрослых с детской душой — чтобы они, подобно взрослым, проникали умом в побуждения и чувства других.*

*Надобно судить их поступки по намерениям*

*Макс Далин.  
Корона, Огонь и Медные Крылья*

Каждый день ловите себя на мысли осуждения в чей-либо адрес и по схеме упражнения трансформируйте её в позитивную программу.



## Глава 2. Семь шагов к исцелению

### Первый шаг к исцелению

*...Дела человеческие всегда более скромны сравнительно с намерениями.*

*Джером Клапка Джером. Трое на четырёх колёсах*

#### Правильная постановка намерения

Намерение — мотивационная основа деятельности, связанная с сознательным выбором определённой цели.

#### Как намерение влияет на судьбу человека?

Например, два человека собрались помыть купленный пакетик за 5 рублей из супермаркета. Цель обоих — помыть пакет. А вот зачем мыть? — это намерение. Первый моет для того, чтобы сэкономить. Второй моет для того, чтобы было меньше мусора на нашей Земле, соблюдает экологию. Чувствуете весомость намерения в первом и втором случае? В первом человек думает только о себе, да ещё перекрывает себе денежный поток по законам энергии, а второй заботится обо всём человечестве. И как Вы думаете, как на это откликнется Вселенная, какими действиями? Во втором случае Она обязательно скажет: «Ай, какой молодец! Дай-ка я ему дам взамен того, что он хочет», — и обязательно поощрит приятным подарком. Ну а первому по карме будет сформирован его событийный поток. Вот так каждый на своём уровне формирует своё будущее.

Высокое намерение должно приносить максимальную пользу многим людям. Правильная цель любого дела — дать, а не взять! Это основной закон эпохи Водолея.

#### Эпоха Водолея — начало великого перехода

*Я делаю добрые дела не потому, что жду от этого отдачу, а потому, что получаю от этого удовольствие...*

*Эдуард Алхазо*

---

Закончилась эра Рыб. Начинается долгожданная духовная трансформация мира.

Совершаются открытия в физике, психиатрии, медицине и в поиске способов природного целительства. Мир становится всё больше разделённым, ведётся борьба между «добром» и «злом». Появляются новые общественные и политические движения.

Сейчас происходит сильное влияние трансурановых, мудрых планет: Плутона, Урана, Нептуна. Эти планеты давят своей энергетикой, значимость широких радикальных перемен начинает внутренне ощущаться на персональном уровне.

Вечный поиск своего Бога, поиск своего предназначения. Кто я и откуда пришёл? Куда должен уйти? Это становится целью каждого индивидуума.

Общество сейчас буквально разрушает себя, чтобы возродиться. Это один из наиболее беспорядочных периодов в человеческой истории, всё подвергается сомнению. Мир, уставший от двух тысяч лет человеческих страданий, начинает встряхиваться в подготовке к наступлению эры Водолея. Сейчас на всей Земле пришло время меняться большим системам: законам взаимодействия с Вселенной и друг с другом.

Закончилась эпоха Рыб, и наступила эпоха Водолея, которой астрологически управляет планета Уран. Эра Рыб делала акцент на работе и жизнедеятельности одиночек, пусть даже гениальных. Эпоха Водолея поставит проблемы группового бытия, группового сознания, групповой работы, пробуждения коллективного сознания, переосмысления ценностей и убеждений, сплочивания и единства людей. Вот почему сейчас идёт много войн и конфликтов на Земле, война пробуждает коллективное сознание и меняет ценности на корню! Эра Водолея требует согласия и сотрудничества групп. Работа на отдачу, жить ради других.

В эпоху Рыб был акцент на эгоизме, накоплении материальных благ в личных интересах, для личной безопасности и выживания. Каждого человека интересовал только свой мирок, своя территория, свой карман, перетягивание ресурса друг у друга, через конфликты и войны.

Принцип — работа только на себя, главное, чтобы было хорошо только у меня дома, а остальной мир пусть катится «ко всем чертям». Вселенная уже отвергает, причём быстро и активно. Любой индивидуализм будет пресекаться. Вселенная в первую очередь будет отнимать финансы, материальные блага, здоровье. Высшие законы подведут итоги жизни такого человека через возврат его долгов.

В ближайшем будущем править будет один самый важный принцип. Уважаем в обществе будет тот человек, который служит интересам мира. Кто способствует гармонизации пространства. Тот, кто своими намерениями и действиями будет привносить в мир созидание,

которое нужно максимально большому количеству людей. Такой индивид будет подниматься вверх по социальной лестнице. В первую очередь, у такого человека будут улучшаться и окружение, финансы, отношения, и всё будет складываться самым наилучшим образом. Это гармонизаторы планеты.

Есть смысл задуматься о том, как Вы живёте. И если какой-то человек думает: «Мне плевать, что будет с моей страной, городом, планетой — лишь бы с моим домиком было всё хорошо», — поверьте, что скоро у такого человека не будет ничего.

В эпоху Водолея всё будет наоборот, только тот, кто уяснит главные принципы — никто никому ничего не должен, по большому счёту, кроме как эволюционно и кармически, — кто будет работать на отдачу без ожидания благодарности, тот будет идти в ногу с эволюцией.

Великий переход означает переход нашей Земли и человечества в новое, более совершенное ментально-духовное состояние, соответствующее более высокому уровню сознания. Эпоха Водолея — это время коллективизма, а любой коллектив — это эгрегор. И каждому эзотерически грамотному человеку нужно знать основные законы взаимодействия с эгрегорами, об этом подробно чуть ниже.

### **Возвращение Женского Начала**

Кроме этого уже происходит Возвращение Женского Начала — это основа пятой мерности. Эпоха Водолея будет проходить под женским началом. У женщины более развита интуиция, т. е. связь с Тонким миром. Она лучше понимает значимость Высшего начала, мира, гармонии, Высшей любви, нормы, милосердия.<sup>15</sup> «...В женщине святость материнства и мудрость веков. Она антагонист преступления, ибо она мать» (Василий Владимирович Быков). Именно женщины сыграют важнейшую роль в эпоху перехода от материального к духовному. Они будут проводниками между плотным и Тонким миром. Недаром большую часть на моих курсах, тренингах, открытых занятиях составляют женщины. Вот только справятся с инстинктивными программами своего биологического тела, и всё встанет на свои места.

В Китае древняя мудрость гласит:

«Для женщины есть только одно самое важное дело в жизни, которому она должна учиться с детства — вбирать в себя, накапливать и сохранять энергию. Это её предназначение. Для

---

<sup>15</sup> Но не забываем, что это в общей массе. А индивидуально всё зависит от уровня личности.

мужчины она является родником живой воды, к которому он возвращается снова и снова, чтобы наполняться силами. Уставшая женщина не может помочь мужчине восстановиться. Она, как пересохший колодец, не способна утолить жажду страждущего.

Дела, которые вызывают внутренний конфликт и отрицательные эмоции, женщине не подходят. Всё, чем занимается женщина, она должна делать с любовью. Ради себя, ради своей семьи, чтобы осуществить своё главное предназначение. Рекомендация для женщины. Подойдёт всё, что доставляет женщине наслаждение и позволяет обрести гармонию — пение, рисование, танцы, музыка, рукоделие. Хочет этим заниматься — пусть занимается. У женщины есть великая миссия — быть неиссякаемым энергетическим источником радости, оптимизма, красоты, света для всей семьи.

Рекомендация для мужчины. Для каждой женщины важно знать, что она прекрасна. Это создаёт ощущение наполненности. От ласковых слов и признания красоты женщина становится мягкой, нежной, игривой и расцветает ещё больше. Умный мужчина знает, как помочь любимой женщине стать ещё прекрасней. Чем больше он заботится о женщине, тем пышнее она цветёт и наполняет своей энергией мужчину.

Женщина является очагом, которому необходим огонь. Самой дорогой ценностью в мире является Энергия. Ни за какие деньги её невозможно купить. Поэтому мужчина готов отдать женщине за этот огонь всё самое ценное».<sup>16</sup>

Собственно, об этом вся книга и написана — как правильно работать с энергиями: наполняться, сохранять и отдавать её во внешний мир. Внутренний баланс — это основа основ, особенно в эпоху Водолея.

### **Ваше намерение в исцелении**

Вернёмся к нашей главной теме. Прежде чем Вы начнёте трудиться над собой в сфере здоровья, Вам нужно правильно поставить намерение. Зачем Вам быть здоровым? Ответьте на вопросы. Что Вы с этим потом будете делать? Например, я спросила одного молодого человека, инвалида, который обратился ко мне с вопросом выздоровления. Он нырнул в водоём, повредил позвоночник, и его парализовало. Я спросила его: «Что ты будешь делать, если ты выздоровеешь?» Он ответил, что будет делать то же самое. Его мать рассказала, что до этого он вёл разгульный образ жизни, пил и прочее. И не просто так его же ангелы

---

<sup>16</sup> Источник <http://www.inpearls.ru/>

уложили в кровать. Из моего опыта я знаю что, это Высшая забота о Душе этого парнишки, чтобы карму свою не ухудшил и подумал о том, что идёт не туда. Мне вспоминается отрывок из книги В. В. Синельникова «Найди свой истинный Путь».<sup>17</sup>

Рассказ его ученицы: «Несколько лет назад к нам в Крым на наш ежегодный большой семинар приехала целительница из Санкт-Петербурга. Она рассказала случай из своей практики. Два года назад к ней в кабинет женщина ввезла на инвалидной коляске 14-летнего подростка.

— Зинаида Ивановна, — попросила она, — вылечите моего сына. Он страдает детским церебральным параличом, самостоятельно передвигаться не может.

Я сразу увидела, что смогу ему помочь, и мы с матерью приступили к его лечению. Лечение было длительным и сложным, но мы смогли победить болезнь. Через два с половиной года мальчик стал передвигаться самостоятельно, а ещё через несколько месяцев — довольно хорошо ходить. Мы с его матерью очень радовались успехам сына. Но через полгода эта женщина пришла ко мне снова и попросила:

— Зина! Ты не могла бы моего сына снова усадить в инвалидную коляску?

Я была в шоке! Я не знала, что сказать. Я только поняла, что произошло что-то очень плохое.

— Ира, — сказала я, — мы же с тобой столько времени и сил отдали ради того, чтобы он начал ходить! Что случилось?

— Понимаешь Зина, ходить-то он начал, но стал ходить в магазин за водкой. И для меня видеть, как он спивается, гораздо хуже и больнее, чем ухаживать за инвалидом.

— И вот тогда, — закончила свой рассказ Зинаида Ивановна, — я поняла, что нужно быть осторожной и внимательной, помогая людям решать их проблемы со здоровьем. А после прочтения Вашей книги «Возлюби болезнь свою» я осознала, что болезни у человека возникают не просто так. В них есть определённый смысл. Ведь этот мальчик для того и был прикован к инвалидной коляске с детства, чтобы он не мог совершать порочные действия. Тело его страдало, а Душа очищалась».

### **Выясняем Ваше намерение в исцеление:**

1. Для чего мне нужно исцеление? \_\_\_\_\_

2. Если моё намерение исцелиться воплотится в жизнь, какую пользу это принесёт \_\_\_\_\_

---

<sup>17</sup> Валерий Синельников. Найди свой истинный Путь: АСТ, Астрель; Москва; 2011

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

мне? \_\_\_\_\_

---

3. А окружающим: моей семье, родине, всему миру, Вселенной?

---

---

4. Чем я буду заниматься? Какой деятельностью? \_\_\_\_\_

---

5. Изменю ли свой образ жизни на более позитивный и здоровый? \_\_\_\_\_

---

6. Поможет ли это осуществить мою мечту? \_\_\_\_\_

---

7. Что это за мечта? Всем ли от неё будет хорошо или только мне? Какого масштаба? \_\_\_\_\_

---

8. Что я потеряю? С чем расстанусь (льготы, денежные дотации, оплаченная инвалидность, внимание близких, жалость к себе...)? \_\_\_\_\_

---

9. Что приобрету: дополнительные обязательства, ответственность за себя и близких, новые обязанности? \_\_\_\_\_

---

10. Что приобрету, как вечная Душа? \_\_\_\_\_

---

Ответили? Вы большой молодец! Переходим ко второму значимому моменту — принятие ответственности на себя перед главным организатором Реальности — Вселенной.

## Второй шаг к исцелению

### Принятие ответственности и поиск причины заболевания

*«Чувство меры и чувство ответственности не присущи унылой посредственности.  
Сладость жертвы и горечь вины ей несвойственны и не даны»*

*Окуджава Б.*

Напомню, что болезнь — это частный случай самосовершенствования. Это СМС Свыше о чём-то важном, о том, что человек идёт не туда.

Второй шаг в исцеление — с благодарностью принимаем сигнал от Вселенной через симптом. Записываем в дневник Целителя:

1. Принятие: «Я принимаю сигнал (такую-то болезнь...»
2. Благодарность Вселенной: «Я благодарю тебя, Вселенная, за этот сигнал...»
3. Взятие ответственности: «Я заявляю, что принимаю ответственность на себя за всё, что со мной происходит...»
4. Благодарность симптому: «Я благодарю тебя, симптом, и посылаю тебе любовь и поддержку за заботу... Ты мой друг. Ты можешь отдыхать, перестать мне звонить. Я приму все меры для того, чтобы расшифровать послание Свыше и выполнить рекомендацию по самосовершенствованию».
5. Отсылаем запрос — вопрос в ИПВ (Информационное Поле Вселенной). Выписываем письмо в дневник Целителя: «Вселенная и ангелы-хранители, помогите мне увидеть причину моего заболевания через приходящую информацию, знаки, символы, слова людей, сны, инсайты. Какой урок мне нужно понять и усвоить? Что исправить в себе? Я соберу эти пазлы, взяв на себя ответственность. Я приму меры по восстановлению баланса (отдачи и получения) в своей Душе. Благодарю за помощь!» Теперь отправьте посредством визуализации это заявление Вверх. Представьте, что Вы отправляете это письмо высоко-высоко, в дом Вашей Души. Там его кто-то получает и даёт Вам обратный сигнал, что письмо получено. Если Вы не видите, как это происходит — не важно. Помните, что намерение само по себе работает.
6. В конце этого заявления благодарность: «Благодарю, Вселенная! Всё, что мне необходимо, приходит в мою жизнь в нужное время и в нужном месте».

С этой минуты Вы завели дневник Целителя. С этого момента записывайте в него все знаки, которые будут сыпаться на Вас со всех сторон. Обращайте особое внимание на те знаки, которые выбиваются из ряда обыкновенных событий. Может, Вы увидели какой-то плакат

на улице в сочетании с Вашими мыслями о симптоме. Или Вам какой-то человек передал важное послание в контексте Вашего запроса. Может, в моей книге или интернете Вы прочитали что-то полезное, что откликается на запрос, и т. д. А можете купить в Интернете «Магические послания ангелов» Дорин Вирче и взять карту Ангелов под целенаправленный запрос: «Какой первый шаг я должен сделать на пути своего исцеления?» Кстати, можно целенаправленно спрашивать своих близких, особенно детей. У них лучше связь с Тонким миром, и ангелы часто используют их для передачи информации взрослым.

Важно быть внимательным ко всем сигналам извне и своим мыслям. Даже если Вы их сразу не понимаете, то создайте намерение, что «Вы день ото дня понимаете их всё лучше и лучше». Через какое-то время именно так и будет! Помните о силе мысли и самопрограммировании.

Ещё важный момент! Один знак — это не ответ на Ваш запрос, хотя и такое бывает. Как правило, серия ответов выглядит в виде пазлов, которые надо собрать со временем в общую картину. И когда ответ понятен, в какой сфере нужно совершенствоваться, то приступайте к реальным действиям — изменению выявленной программы. Если Вам затруднительно проделывать такую кропотливую работу, то это можно сделать быстро и качественно в кругу единомышленников на моих курсах и тренингах. Но и в книге ниже Вам будут даны очень конкретные рекомендации, при выполнении которых результат не заставит себя долго ждать.

### **Диагностика по психосоматике**

Второй шаг по работе со знаками — собираем их целенаправленно. Идём в интернет и смотрим каталоги по психосоматике. Вы можете получить информацию у Л. Бурбо, Л. Хей, В. В. Синельникова и прочих авторов. Чуть позже, в этой книге мы будем выявлять негативные программы по методу психиатра Носсрата Пезешкиан. А сейчас я Вам предлагаю интереснейший метод выявления причин через астрологию. Звёзды дают великолепные подсказки, в каком направлении нужно двигаться человеку.

### **Как работать с эти материалом?**

Каждая болезнь имеет своего основного «хозяина» (планету и соответственно знака Зодиака), сочетание нескольких планет даёт сложные болезни, ниже Вы убедитесь в этом. Найдите свои болезни и выпишите, какие планеты за эти болезни отвечают. Далее найдите свои духовные болезни соответствующие планетам, выпишите их. Там же найдёте качества



характера, которые вам нужно нарабатывать на сей день (упражнения для проработки этих качеств прилагаются).

Кроме того, каждый знак Зодиака связан с определёнными частями тела, внутренними органами и системами. Различные типы терапии также могут быть связаны со знаками Зодиака. Зная, какая планета и знак ответственен за определённый тип нарушения, можно определить наиболее эффективную терапию, как духовную, так и физического тела.

### **Примечание:**

За одну болезнь может отвечать сразу несколько планет!

### **Влияние знаков Планет и Знаков Зодиака на здоровье человека**

Достаточно простым и эффективным методом долголетнего прогнозирования состояния здоровья является работа с символической Точкой Жизни, так называемой Pars Vitae (P. V.), которая проходит весь Зодиак за 84 года, начиная со знака Овна, независимо от вашего солнечного знака. Она находится в каждом знаке по семь лет, показывает наши задачи на этот период и задаёт его программу человеку.

#### **Овен (Марс): «Первопроходец»**

*Прохождение Солнцем знака Овна: 21 марта - 20 апреля*

**«Ты тот, кто сеет семена Духа»**

С года до семи лет Точка Жизни проходит знак Овна (Марс), который проецируется на голову, влияет на мозг, его полушария, оболочки и циркуляцию мозгового кровообращения, на кору головного мозга, состояние зубов и дёсен. Основные проблемы этого возраста связаны с приспособлением организма к жизни на земле. Происходит зарастание родничка и формирование костей черепа и позвоночника, освоение ребёнком рук и ног, речевого аппарата, смена молочных зубов на постоянные, появляются первые склеротические бляшки в сосудах головного мозга. Травмы головы в результате падений, частые инфекции — это основные задачи, простуды, травмы этого возраста.

#### **Заболевания по Марсу**

**Марс.** Голова и лицо. Мышцы и жилы. Нарушения железистого обмена. Выработка адреналина. Ожоги. Снижение потенции. Двигательные нервы. Надпочечники. Нарушение мозгового кровообращения, невралгия, нервно-психические расстройства. Патология вкусовых восприятий. Цефалгия, мигрень, сотрясение мозга. Острые лихорадки, бессонница и воспалительные процессы. Инфекционные заболевания (корь, скарлатина, дизентерия, рожа, желтуха, краснуха, проказа). Геморрой, фурункулы, карбункулы. Незаживающие раны, воспаление оболочки головного мозга. Хронический ринит. Спазматические головные боли. Заболевания кожи лица, кожные раздражения, аллергия на косметические препараты. Детский церебральный паралич.

«Он активен, деятелен, горяч. Если Солнце воплощает наше желание БЫТЬ, то Марс несёт стремление БЫТЬ АКТИВНО. Он быстр и силен. У него хорошая реакция. Он любит физические упражнения. Не боится быть резким. Порой он слишком прям и даже груб. Не боится ни мелких стычек, ни крупных сражений. Он бесстрашен, он воинственен. Покровительствует спортсменам, спасателям, военным.

Марс имеет отношение и к сфере чувств. Он символизирует нашу страсть, влечение к противоположному полу. Меркурий думает, Венера ощущает, а Марс – действует! Хотя иногда не мешало бы вначале подумать... Марс везде, где надо прилагать силу, соревноваться, соперничать. Несёт активное, агрессивное начало. Управляет машинами, оружием, гонками, охотой, тренажёрными залами. Имеет отношение к травмам, переломам, порезам, ушибам, авариям, кровотечениям – любым повреждениям нашего тела. В классической астрологии считается «малым вредителем» \*Е. Саликова «Астрология для начинающих».

**Духовные болезни:** импульсивность; действуют без обдумывания, поддаются первому порыву; нетерпение; эмоциональность; неадекватный выплеск эмоций; чрезмерная прямолинейность; воинственность и склонность к конфликтам, бытовым склокам, в худшем - развязывание войн и революций; напористость; обидчивость; амбициозность; бурно выражает гнев и даже ярость; резкие перепады настроений; быстро вспыскивает и быстро остывает; безответственен; агрессивность граничит с жестокостью; эгоистичность; склонность к саморазрушительному поведению; экстремальные поступки; злоупотребление вредными веществами; нет Цели и внутренних ориентиров приводящих к чему-то созидательному. (Нарабатывать обратную сторону медали).

### Развивать:

1. Позитивное мышление.
2. Терпение и ещё раз терпение и такт.
3. Нельзя подпитывать планету Марс, когда провоцируют извне! Девиз — «Спокойствие и только спокойствие!»
4. Не ждать быстрых результатов от своих действий.
5. Учиться расслабляться!
6. Признание ошибок, умение брать на себя ответственность.
7. Меньше командовать над своими близкими. Акция Свободы!!! Даём свободу действий и воли: «Ты сам знаешь, как тебе лучше. Ты мудрый. Нужна будет помощь, обращайся, я рядом!» А также делегируем полномочия.
8. Для руководителя — быть справедливым!
9. Энергию тратить в мирное русло, на достижение поставленной цели.
10. Физическая прокачка при стрессах и раздражениях: дрова поколоть, лопатой покапать. Ножом капусту пошинковать. \*Только мыслить при этом позитивно (представлять, что шинкуете своего обидчика – нельзя, на Тонком плане это доходит до человека, ему наносится вред, за что Вселенная позже ответит зеркально, позже вернётся, как бумеранг.
11. Главное – управлять запасами энергии. Перенаправляем лишнюю энергию в мирное русло: смех и юмор, в одну из стихий, дело: помощь другим, спорт, капаем грядки (при этом в мыслях переводим позитивно ситуацию, людей). Вычерпываем плюсы из сложных ситуаций. Переигрываем ситуацию в позитивную. Накидываем план как в будущем поступить. **(Помните! Мысли заняты анализом – эмоции уходят на второй план).**
12. Рекомендован активный спорт, йога, танцы и прочее.
13. Не стыдиться признавать свою слабость.
14. Акция Помощи!!! 1-5 раз в неделю помощь близким без их просьбы, НО даём то, что нужно им.

### Эволюционные задачи Овна на это воплощение

#### Первая задача

«Определить высший смысл всех своих действий и поступков, и следовать ему. Когда Овен определяет, что главное для него – служение Духу и привнесение Божественных энергий в материальный мир, его энергия упорядочивается, входит в определённое русло, и перестаёт разрываться на части. В противном же случае Овен начинает вкладывать энергию во что попало, хвататься за любые дела, без раздумий исполнять любые, в том числе и разрушительные, собственные желания.

Овен – человек действия, он не может бездействовать. Но если у него нет позитивной цели, то последствия его деяний непредсказуемы, и далеко не всегда идут во благо. Если энергия Овна неупорядочена, не подчинена высшей цели, он становится беспокойным, раздражительным, агрессивным, склонным к перепадам настроения и саморазрушительным действиям. Он начинает жить ради самоутверждения и потакания любым своим желаниям. Подобные проявления означают, что Овен не преодолевает, а накапливает карму. Сверяйте свои поступки с задачами Духа, отнеситесь осознанно к последствиям, откажитесь от действий, не служащих высшим целям – и вы встанете на путь освобождения от кармы.

### **Вторая задача**

Состоит в том, чтобы осознанно отнестись к своей роли лидера и лидерствовать во благо себе и другим.

Овен не может не лидерствовать – такова его природа. Но при неотработанной карме лидерство может превратиться в подавление других, в попытки властвовать и подчинять любой ценой. Также при неотработанной карме Овен может превратиться в безответственного лидера, который ведёт других, сам не зная пути и конечной цели, а в случае поражения просто бросает своих последователей на произвол судьбы.

Лидерство во имя целей, противоречащих целям Духа, несозидательных, разрушительных ещё одно свойство многих Овнов с неотработанной кармой. Сила и властность Овна так велики, что им невозможно не подчиниться, но если он ведёт за собой других во имя разрушительных целей – могут возникнуть беды огромного, подчас глобального масштаба. Если Овен пробуждён в Духе и обрёл высшую цель, он становится по-настоящему сильным, причём это сила созидательная, направленная во благо себе и другим. Такой человек уже никогда не станет разрушителем, он не будет подавлять других, но поведёт их за собой мудро и терпеливо, ответственно и последовательно руководя общим направлением движения.

Его сила больше не будет расходоваться хаотично, впустую. Он обретает настоящий внутренний стержень, знает свои цели и становится настоящим лидером – сияющей звездой, на которую многие хотят равняться. Ведите людей за собой, но сверяйте свои цели с задачами Духа и несите ответственность за выбранные пути.

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы направить свою воинственность в мирное русло.

Если у Овна нет высшей цели, он начинает искать и находить врагов даже там, где их нет, и создавать для себя трудности и препятствия на ровном месте. Это связано с тем, что у Овна

огромный запас «пробивной силы» - она дана ему Духом для того, чтобы он мог прокладывать пути для Божественных энергий в материальном мире. Материальный мир создаёт множество препятствий для тех, кто сеет здесь семена Духа, и Овен способен стать настоящим воином Духа, буквально сметающим эти препятствия. Но если он не ставит перед собой задачу сеять семена Духа, то начинает расходовать свою пробивную силу в лучшем случае на мелкие бытовые склоки, в худшем – на развязывание войн и революций. Духу требуется ваша сила, ваше упорство, ваша энергия для утверждения рая на Земле. Вы можете трансформировать вашу воинственность в позитивную энергию, которая работает во благо всем людям».<sup>18</sup>

### **Кратко:**

Задача. Найти высший смысл всех своих действий. Поставить цель и высшее намерение и следовать им.

Задача. Стать мудрым, терпеливым и ответственным лидером.

Задача. Направить свою воинственность в мирное русло.

Утверждать рай на Земле.

## **Лунные циклы**

### **Луна в Овне**

«Органы и системы человеческого организма определённого знака пребывают в наиболее позитивном состоянии, когда Луна в своём транзите находится в оппозиции к этому знаку (т. е. в противоположной стороне зодиакального круга). Это значит, что лечение того или иного органа нужно начинать в тот день, когда Луна входит в противоположный болезни знак Зодиака. Для этого достаточно знать, какими органами управляет знак, а также его оппозиции.

Их шесть: Овен – Весы, Близнецы – Стрелец, Лев – Водолей, Телец – Скорпион, Рак – Козерог, Дева – Рыбы.

В дни Овна особенно уязвима голова. Сегодня противопоказаны операции на голове и лице. Если указанные дни приходятся на новолуние, а вы планируете косметическую или пластическую операцию, не назначайте её на это время. Подходящее время для таких операций – 21 марта – 21 апреля, исключая дни, когда Луна пребывает в Овне. В дни Овна нельзя перегружать внимание и переутомляться, давать большую нагрузку глазам и ушам,

---

<sup>18</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ; Москва; 2014.

особенно если идёт третья или четвёртая фаза. Нужно как можно меньше читать, смотреть телевизор, слушать музыку, чтобы не навредить зрению и слуху.

При Луне в Овне особенно хорошо работают почки и мочевой пузырь. Можно проводить операции, различные лечебные процедуры на этих органах. Хорошо сегодня очистить почки натуральными лекарственными препаратами, если у вас нет индивидуальной непереносимости.

Визит к стоматологу по поводу протезирования зубов лучше всего назначать при убывающей Луне, по возможности – ближе к новолунию. Неподходящее время для такого визита – полнолуние, растущая Луна и Луна в Овне независимо от фазы. То же самое относится и к лечению кариеса и пульпита. Удаление зуба и любая операция в полости рта пройдёт успешней, если назначить её при ущербной Луне на неделю перед новолунием, кроме дней Овна. Возможны осложнения, если такая операция будет проведена при растущей Луне в этом знаке, а также за три дня и в день полнолуния.

Если сейчас теплое время года, вы наверняка подумываете о том, чтобы полежать под долгожданными лучами солнца. Выходить на пляж лучше всего при убывающей Луне (кроме дней Льва, Рака, Козерога). Так вы получите более стойкий загар. Не следует загорать, особенно после зимнего перерыва, при растущей Луне в Овне.

Если вы хотите изменить свой вес и ищете сбалансированную по лунным ритмам диету, то для вас есть хорошие новости. Существуют отдельные рекомендации, позволяющие скорректировать питание в согласии с лунным ритмом. Так, **питаться следует в соответствии с нахождением Луны в том или ином знаке – например, преимущественно углеводами в дни водных знаков, белками – в дни огненных и т. д.** В этом случае питание будет сбалансированным, пища хорошо усвоится, жиры не отложатся в организме.

Важное правило для тех, кто хочет изменить свой вес, заключается в следующем. При растущей Луне организм накапливает энергию, меньше её расходует. В эти дни гораздо проще прибавить в весе. Наоборот, при убывающей Луне энергия тратится более активно, калории расходуются. В эти дни похудеть намного легче, иногда достаточно буквально нескольких дней, чтобы сбросить лишний килограмм-другой. При убывающей Луне можно худеть вдвое эффективней, чем при растущей, даже если соблюдать одну и ту же диету. В дни Овна организм нуждается в повышенном количестве белка. В такие дни белки наиболее полезны. Хорошо включать в рацион наполовину животные, наполовину растительные белки

– нежирное мясо, птицу, яйца, молоко, бобы, крупы».<sup>19</sup>

### Телец «Созидатель»

*Прохождение Солнцем знака Тельца: 21 апреля - 20 мая*

**«Ты тот, кто соединяет Дух и материю»**

### **Заболевания по Венере (Тельцу)**

С 7 до 14 лет Точка Жизни идёт по Тельцу (Венера), который отвечает за область шеи и горла, шейные позвонки, нёбо и гортань, влияет на миндалины, щитовидную железу. Болезни этого возраста часто связаны с половым созреванием или застойными явлениями в лимфоузлах и железах системы ухо-горло-нос и эндокринной системы. Это выражается в шейных опухолях, ангинах, зобе, воспалении лимфоузлов и желез, ларингите и дифтерии.

«Предрасположенность к патологическим состояниям: простудные и инфекционно-катаральные заболевания, перитонзиллярные абсцессы, болезни щитовидной и паращитовидной желез, гайморит, фронтит, ОРЗ, тяга к сладкому и печеному. Венерические заболевания, болезни матки, придатков, ануса, гортани и голосовых связок. Острые гнойные тонзиллиты и фарингиты. Глазные болезни, нарушения менструального цикла.

Воспалительные заболевания носоглотки, аденоиды, ларингиты, полипы, носовые кровотечения. Острый шейный миозит. Расстройства мочеполовой функции с острыми болями. Ожирение. Нарушения функции желез внутренней секреции и половых желез.

Слабая перистальтика и спазмы пищевода».<sup>20</sup>

Суть миссии этого знака состоит в том, чтобы преобразовывать материю, создавать материальные вещи, вкладывая в них семена высшего Духа. Знак основателен и терпелив, спокоен, надёжен и практичен. Эти качества даны не случайно: ведь любое взаимодействие с материей требует времени, терпения, кропотливого и подчас нелёгкого труда.

---

<sup>19</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

<sup>20</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

**Духовные болезни:** материализм; приземлённость; флегматичность; безволие; потребительство, погоня за роскошью; трудится лишь для обеспечения своего выживания; склонность к хандре и апатии, страдает от скуки; инертность; медлительность; нерешительность; привычка убегать от проблем; многочисленные претензии; эмоциональные вспышки и недовольство. Обиды на всех и вся любимое занятие. Не способность выразить свои чувства и мысли другим людям, поэтому человек варится в собственном соку (в себе).

Склонность к накопительству. Иррациональное упрямство. Неуверенность. Низкая самооценка. Занижено чувство собственной ценности. (Нарабатывать обратную сторону медали).

### **Развивать:**

1. Оптимизм. Позитивное мышление.
2. Научиться выражать свои эмоции экологическим способом (человек вскипает, пенится и обливает «нарушителя» кислотным потоком своих чувств).
3. Разобраться с обидами.
4. Решительность.
5. Проявление инициативы.
6. Развивать лидерские качества.
7. Уступчивость.
8. Жизнелюбие.
9. Подходить к делу с творчеством.
10. Нельзя потакать своим слабостям и удовольствиям.
11. Тянуться к Высшим духовным ценностям, вместо материальных.
12. Меньше заниматься накопительством чего либо.
13. Работать на отдачу! Отдавать людям чего-либо без требования благодарности взамен.
14. Работать на любой работе через творчество.
15. Главное — научить работать свои чувства в режиме радости и любви, духовного удовлетворения.
16. Обязательно каждый день вести дневник своего успеха!
17. Сам себе спонсор: «Сам себя не похвалишь, никто не похвалит», «Какой хороший Я и песенка моя».

### **Эволюционная задача Тельца**

#### **Первая задача**

«Состоит в том, чтобы открыть для себя духовные ценности.»



Телец – прирождённый творец материальных ценностей, но ему свойственна приземлённость, которую следует преодолеть. Перестав ставить во главу угла всё материальное, Телец сможет начать вкладывать душу в свой труд, а не просто работать ради денег. Таким образом, он будет повышать вибрации материи, благодаря чему перейдёт на новый уровень своего развития.

Пока для Тельца главными являются материальные ценности, он слишком приземлён, из-за чего даже при достатке и богатстве испытывает неудовлетворённость, причины которой сам не всегда понимает. Его хандра и апатия происходят именно из-за того, что он не выполняет свою задачу одухотворения материи. Открыв для себя ценности Духа и поставив их на первое место, Телец обнаружит новые для себя пласты бытия и огромное поле для творчества, что придаст его жизни новый смысл.

### **Вторая задача**

Состоит в том, чтобы научиться слушать голос своего Духа, доверять интуиции, а не только логике, а также в том, чтобы развивать творческие способности и возможности правополушарного восприятия мира.

Правое полушарие головного мозга отвечает как раз за интуицию, за работу воображения, за образное восприятие. Слишком земные Тельцы подчас бывают чересчур практичными и рациональными. Эти в принципе неплохие и полезные качества всё же недостаточны, чтобы стать полноценным творцом. Если Телец ограничивается логикой и рациональностью, он превращается в дельца. Такой человек умеет обращаться с деньгами, он может наживать большие состояния, быть по-настоящему богатым, но без применения интуиции, воображения, образного мышления невозможно создать ничего по-настоящему духовного.

Деньги, направленные лишь на обслуживание материальных потребностей, просто превращаются в прах. Богатство, приобретенное лишь при помощи трезвого расчёта, опустошает душу.

Лишь то, во что вложена душа, приносит настоящие ценности. Лишь деньги, потраченные на цели, продиктованные Духом, окупаются сполна и приносят достойные плоды. Телец, пробуждённый в Духе, становится настоящим творцом и созидателем, каждое его действие направлено на благо его собственное и других людей, благодаря чему сполна проявляются его лучшие качества.

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы преодолеть свойственное ему потребительство и стремление

перекладывать свои проблемы на плечи других.

Телец, слишком материалистично настроенный, подчас не задумывается, что у него есть Дух, и не знает силы своего Духа. По сути, он не знает своей собственной силы, а потому очень часто бывает неуверен в себе и ищет помощи у других людей даже в тех делах, с которыми мог бы справиться сам. Его беспомощность – мнимая, но он часто считает её своим истинным свойством, и потакает ему, ведя себя подобно жертве (особенно явно это проявляется в сложных ситуациях, где надо принимать решения).

Иждивенческие настроения Тельца ослабляют его ещё больше, но это может быть на руку другим людям, которые хотят получить чужую силу. Непробуждённый Телец, не зная сам своей силы, с лёгкостью отдаёт её другим людям, порой за какие-то мелкие услуги, или за решение проблем, которые он вполне мог бы решить сам, причём гораздо лучшим способом».<sup>21</sup>

### **Коротко:**

Первая задача. Перестав ставить во главу угла всё материальное.

Вторая задача. Доверять интуиции, а не только логике. Через творческие способности и возможности правополушарного восприятия мира развивается шестое чувство, интуиция и связь с тонким миром и своей душой.

Третья задача. Преодолеть свойственное ему потребительство и стремление перекладывать свои проблемы на плечи других.

## **Лунные циклы**

### **Луна в Тельце**

«В дни Тельца нельзя проводить операции на шее, горле, в том числе и внешние (косметические процедуры на шее, глубокие пилинги, удаление родинок, папиллом и т. п.).

Сейчас возрастает нагрузка на голосовые связки, челюсти, уши. В этот период следует как можно меньше говорить, нельзя повышать голос, а также бывать в шумных местах, чтобы не спровоцировать болезни этих органов. Удаление зуба и любая операция в полости рта пройдёт успешней, если назначить её при ущербной Луне на неделю перед новолунием, кроме дней Тельца. Возможны осложнения, если такая операция будет проведена при

---

<sup>21</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ; Москва; 2014.

растущей Луне в этом знаке, а также за три дня и в день полнолуния.

В указанное время люди становятся чувствительны к пище. Нужно следить за рационом, особенно за качеством продуктов. Никаких фаст-фудов, просроченных и подпорченных продуктов! При Луне в Тельце нельзя ни голодать, ни переедать, в еде нужно соблюдать меру.

Эти дни противопоказаны для лечения желез внутренней секреции (но зато они подходят для операций и процедур на половых органах). Когда Луна проходит через этот знак, следует отказаться от чрезмерного употребления сладостей. Нужно есть поменьше корнеплодов.

Хорошо сказываются на здоровье желчегонные продукты, в первую очередь лимонный сок и оливковое масло – с их помощью можно очистить печень. Сегодня очень полезна пища, приготовленная на открытом огне. Благоприятно воздействуют на здоровье фрукты, сухофрукты, особенно инжир и финики, брюссельская и белокочанная капуста, мята, петрушка, гвоздика, тмин. Очень хорошее влияние на здоровье оказывают продукты и соки красного цвета: они положительно воздействуют на кровь. При Луне в Тельце полезны соленые продукты, в эти дни проявляются лучшие качества соли, что благоприятно для питания крови.

В дни Тельца максимально эффективны всевозможные полоскания и ингаляции. Если вы часто простужаетесь, примите профилактические меры, чтобы предотвратить простуду.

Хорошо в эти дни пить травяные настои.

В дни Тельца уязвимы горло и эндокринная система. Следите за здоровьем желез внутренней секреции. В этом смысле огромное значение имеют щитовидная и вилочковая железы (тимус). Последняя, без хорошего функционирования которой немислимо здоровье иммунной системы, является хранилищем жизненной силы человека. Собственно, таких хранилищ во всём организме несколько, они различаются направленностью, характеристиками или качественными особенностями вырабатываемой энергии. Энергия вилочковой железы – энергия предприимчивости, энтузиазма. Здоровая вилочковая железа развивает в человеке постоянное стремление узнавать новое, совершать открытия и вместе с тем даёт силы, необходимые в этих процессах.

Энергия щитовидной железы – это энергия инициативы. Здоровая щитовидная железа развивает в человеке постоянное стремление быть лидером (в коллективе или в жизни).

Также она даёт возможность для более эффективного выражения своих мыслей, применения талантов и навыков. Когда необходима полнейшая концентрация на процессе повышенной важности, энергия щитовидной железы способна включить в работу все чувства человека и настолько вовлечь его в процесс, что он станет с ним буквально единым целым. В таком состоянии делаются величайшие открытия человечества, нужные решения приходят в качестве сновидений, а гениальные мысли посещают как откровения – внезапно, ярко и бесспорно».<sup>22</sup>

### Близнецы «Связной»

*Прохождение Солнцем знака Близнецов: 21 мая - 21 июня*

**«Ты тот, кто призван транслировать знания»**

### Заболевания по Меркурию (Близнецы)

С 14 до 21 года Точка Жизни проходит знак Близнецов (Меркурий), который проецируется на область плеч, лопатки, ключицы, предплечья, кисти рук и верхние ребра, лёгкие, трахеи, бронхи и гортань, влияет на нервную систему, функции речи и связь между органами. Возможные болезни знака — бронхит, астма, пневмония, туберкулез, анемия, эмфизема легких. Рот, язык и органы речи (речевые расстройства, в том числе заикание, немота, шепелявость, картавость). Актуально для людей с поговоркой «Язык мой — враг мой», кто болтает без устали впустую — Меркурий точно поражён. Эмоциональные перегрузки могут стать причиной нервных и сосудистых заболеваний. Зрение и органы чувств в целом.

Например, если человек говорит, что ему больно что-то видеть, что он не может на это смотреть или что-то или кого-то он просто ненавидит, то обязательно в этом чувственном диапазоне напряжений будет падать зрение. Тонкая кишка. Все системы организма.

Координация движений. Все двигательные функции.

«Предрасположенность к патологическим состояниям: невралгия и невралгические боли в плечах и кистях рук (в результате бронхита, астматического состояния, плеврита, пневмонии) и боли в области бедер. Тромбоз легочной артерии и мелких ее ветвей. Эмфизема или отёк

---

<sup>22</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

лёгких (как сопутствующие или возникающие вследствие хронических или затяжных пневмоний, хронических бронхитов, бронхиальной астмы). Нарушение эластичности и истончение стенок альвеол в результате хронических процессов. Неврастения, невралгии, неврозы и психозы, эпилепсия. Миопия. Ревматизм, артрит, мигрень. Нервный срыв от скуки. Сильная реакция на загрязнение крови (сепсис, плохо заживающие раны). Болезни рук».<sup>23</sup>

**Духовные болезни:** непостоянство, могут хвататься сразу за множество дел, затем бросать их, не доводя до конца, и браться за что-то новое; неорганизованность; отсутствие порядка. Переходить от любви к ненависти, от обожания к полному равнодушию, из-за чего им не удаётся установить ни с кем более или менее прочных отношений; постоянное беспокойство; они не могут определиться, чего же по-настоящему хотят; свойственна раздражительность; страх одиночества; нетерпеливость; склонны перебивать других, не дослушивать то, что говорит собеседник, и делать только то, что хочется им в данный момент; могут быть равнодушными к чувствам других людей, и нередко даже проявляют чёрствость и бессердечие; коммуникация и любовь к общению часто превращается в пустую болтливость; неуравновешенность. Близнецов может часто приводить их к спорам, ссорам, скандалам, поверхностное; легковесное отношение к жизни. Если Близнецы не следуют своим высшим задачам, они становятся нерешительны, постоянно сомневаются и колеблются, не зная, за каким из своих многочисленных интересов последовать на этот раз. Близнецы, не нашедшие важных для себя целей в жизни, ищут смысл в развлечениях, новых впечатлениях и постоянной смене обстановки, это приводит их к бессмысленному времяпрепровождению и праздному образу жизни. (Нарабатывать обратную сторону медали).

### Развивать:

1. Позитивное мышление.
2. Правильную коммуникабельность — дружелюбие, помощь, забота о ком-то.
3. Принятие людей и обстоятельств жизни. Вычерпывать плюсы из ложных ситуаций.
4. Убирать лживость, лукавство, сарказм, злое ёрничество, сплетни. Говорить только по делу и только позитивно о мире и людях. Для отработки лжи Вам поможет упражнение «Прививка правды», ищите на сайте «Психология в каждый дом!»<sup>24</sup>
5. Для тех, кто много говорит без дела — научиться молчать и слушать других. Выразать свои мысли вместо болтовни другим способом (творчество, заняться

---

<sup>23</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

<sup>24</sup> <http://polinasukhova.ru>

- пением, что-то мастерить руками, любое ремесло). Это даёт возможность погрузиться и направить энергию на внутреннее стремление к тайным наукам (закрытой информации).
6. Развивать моторику (особенно детям со слабым Меркурием!), простые навыки (поделки руками).
  7. Для тех, у кого есть задачи по речи. Развивать разговорную речь (пересказывать истории). Показано пение.
  8. Вести дневник, писать статьи, книги... писать хоть что-то!
  9. Предельная честность во всём, особенно в материальных расчётах с людьми. Воровство и мошенничество противопоказано! Если заболеваний по Меркурию много, то в прошлом человек в сфере материального, здорово подпортил себе карму (воровство, мошенничество, грабёж...)
  10. Много учиться, постоянно познавать новое.
  11. Коллективное чтение интересных книг.
  12. Перерабатывать полезную для жизни информацию и тут же доносить её до людей.
  13. Выбирать правильных друзей.
  14. Не опускать руки.
  15. Сравнивать свои неудачи с «мировыми проблемами» (например, революция).
  16. Вычерпывать плюсы и позитивный перевод (ищем на сайте «Психология в каждый дом!»)
  17. Выбирать работу с людьми, в сферах Меркурия – коммуникации и работой с информацией.

### Эволюционные задачи Близнецов

#### Первая задача

«Определиться с тем, что для них является в самом деле важным, и последовательно осуществлять это. Им нужно найти такое занятие, которое удовлетворяло бы их потребность в разнообразии, в накоплении самых разных знаний и впечатлений, во всестороннем познании мира, в общении с множеством разных людей, и следовать своему выбору, преодолев искушение постоянно всё бросать и начинать жизнь с нуля.

Им нужно найти также постоянный круг общения, близких людей, с которыми они смогут быть самими собой, и которых не захочется ни на кого променять.

Вместо того чтобы постоянно гнаться за внешними впечатлениями, Близнецы должны открыть в самих себе глубину и многомерность Духа, для которого нет ограничений, нет однообразия. Тогда они перестанут скользить по поверхности в погоне за удовлетворением всех своих желаний, а начнут являть миру свои таланты и способности, раскрывать и

реализовывать свои возможности коммуникации с самыми разными людьми и разными планами бытия.

### **Вторая задача**

В том, чтобы избавиться от хаоса мыслей и упорядочить информацию, которая проходит через них. Близнецам постоянно хочется получать новые знания и впечатления и делиться ими.

Подчас это выражается в виде неумеренной страсти к общению ради общения, в пустой болтливости, в стремлении выплеснуть на других весь хаос мыслей, накопившихся в собственной голове. Близнецы должны решить, чем именно они хотят делиться с другими, какие знания важно донести до людей. Это должны быть действительно важные знания, те истины, которые помогают людям жить, раскрывают истинные законы мироустройства, доносят до людей Божественные законы.

Если Близнецы начнут целенаправленно собирать такие знания и делиться ими, у них исчезнет потребность выплескивать на других людей все мысли, приходящие в голову. В этом случае Близнецы также научатся отсеивать от себя ненужную информацию, выделять из информационных потоков только то, что им действительно важно.

В современном обществе с его переизбытком информационных потоков Близнецы испытывают огромные перегрузки – именно в связи с их особой способностью улавливать и усваивать информацию. Они впитывают в себя буквально всё, от чего становятся нервными и раздражительными. Чтобы этого избежать, они должны чётко определиться, что им нужно, а что – нет. И тогда они уйдут от привычки извергать на окружающих потоки слов обо всём и ни о чём. Всё, что они говорят другим людям, будет по-настоящему ценным.

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы выработать объективный взгляд на окружающую действительность.

Близнецы передают информацию с Земли на высшие Божественные планы. Эта информация должна быть объективной, не искажённой собственным субъективным восприятием. Потому Близнецам надо научиться смотреть на происходящее глазами Духа. Потому что только взгляд с точки зрения Духа даёт настоящую объективность. Дух не осуждает и не винит никого и никогда. Взгляд Духа исполнен безусловной Божественной любви. Это взгляд со стороны – из Божественного дома.

Когда Близнецы учатся наблюдать за происходящим вот так, глядя из Божественного дома, они начинают видеть происходящее в истинном свете. Свет Божественной любви без прикрас

высвечивает нечто неприглядное. И свет Божественной любви позволяет увидеть всё то, что истинно служит Духу, всё то доброе и позитивное, что подчас ускользает от обычных человеческих глаз, особенно если они настроены воспринимать лишь беды, проблемы и неприятности».<sup>25</sup>

### **Коротко:**

Первая задача. Определиться с тем, что для них является в самом деле важным, и последовательно осуществлять это.

Вторая задача. Избавиться от хаоса мыслей и упорядочить информацию, которая проходит через них.

Третья задача. Выработать объективный взгляд на окружающую действительность.

Передавать через себя информацию в неискажённом виде.

### **Лунные циклы**

#### **Луна в Близнецах**

«В дни Близнецов особенно уязвимы лёгкие, поэтому противопоказаны лёгочные и дыхательные процедуры и упражнения, операции на грудной полости. Луна в Близнецах может вызвать у людей затрудненное дыхание, одышку, обострение лёгочных заболеваний и особую чувствительность к чистоте (или нечистоте) воздуха. Сегодня вы плохо переносите дым, духоту. Очень хорошо выехать за город или хотя бы чаще проветривать дом.

Курильщикам в этот день нужно курить как можно меньше или не курить вообще.

Некурящим – не находиться в «дымящих» компаниях. Никогда не относитесь пренебрежительно к состоянию своих лёгких, даже если обычно они вас не беспокоят. Этот орган связан с кожей, её функционированием и состоянием. Он определяет лучшие стремления человека, его готовность совершать ценные (для себя и окружающих) поступки.

Лёгкие, будучи связанными с кожным покровом, который считается проходом к ним, вовлекаются в тактильные, физические ощущения. Чем в лучшем состоянии находятся лёгкие, тем легче человеку воспринимать то, что происходит вокруг него, те процессы, в которых он участвует, те открытия, которые он делает, те идеи, которые он узнает, и, конечно, тех людей, с которым он взаимодействует.

В дни Близнецов сильно уязвимы руки и плечи. Вероятно обострение ревматизма, артрита,

---

<sup>25</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва: 2014.



остеохондроза. Если вы занимаетесь ручным трудом, постарайтесь или дать себе выходной, или почаще отдыхать во время рабочего дня, снижая нагрузку на руки. В это время нельзя делать операций на руках. А также поднимать тяжести.

Сегодня организм хорошо воспринимает приём лекарств, разгоняющих кровь и показанных для печени.

Что касается хирургических вмешательств, то о какой бы операции ни шла речь, главное правило остаётся неизменным: делать её нужно при убывающей Луне, но не в дни Близнецов. Следует по возможности отказаться от проведения операции на растущей Луне, осложнения не исключены в дни Близнецов, а также за три дня перед полнолунием и в само полнолуние.

Массаж будет наиболее эффективен, если провести его в дни убывающей Луны. В это время он поможет снять судороги и напряжение, избавит организм от ненужных ему веществ, успокоит нервную систему. Мучающее вас напряжение пройдёт, если сделать массаж в дни Близнецов. Когда массаж призван укрепить тонус и взбодрить дух, то подходящее время для его проведения – растущая Луна. И снова лучшими днями оказываются дни Близнецов: массаж в эти дни оказывается максимально эффективным, помогает справиться даже с застарелыми заболеваниями и восстановиться после изматывающего стресса.

В дни Близнецов организм нуждается в жирах. Можно есть мясо, молоко, сыр, но преимущественно это должны быть жиры растительного происхождения, которые в достаточных количествах содержатся в орехах и растительном масле».<sup>26</sup>

### **Рак «Хранитель»**

*Прохождение Солнцем знака Рака: 22 июня - 22 июля*

**«Ты тот, кто хранит память о Божественном доме»**

### **Заболевания по Луне**

В 21-28 лет Точка Жизни идёт по знаку Рака (Луна). Этот знак традиционно отвечает за грудные железы, желудок и поджелудочную железу, влияет на пищеварительную систему и слизистые оболочки, нарушением кислотности и эндокринную системы, поэтому в этом

---

<sup>26</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

возрасте важен правильный режим питания. И им свойственны гастриты, гастроэнтероколиты, водянка и перенасыщение жидкостями. Луна связана с симпатическими нервными расстройствами. Чрезмерная эмоциональная нагрузка и нервные стрессы могут спровоцировать заболевания в этой области.

Предрасположенность к патологическим состояниям: расстройства пищеварения. Болезни желудка (гастриты, язвы, рак) и грудных желез (мастопатия, рак). Нарушения лактации, рахит. Анемия и хлороз, развивающиеся в желудке в результате хронических процессов. Камни в жёлчном пузыре. Возможно засорение крови из-за неполного распада белка. Хронический гепатит, желтуха, асцит, нарушения функции молочных желёз, высыпания на коже. Проблемы вынашивания плода или трудные роды, послеродовая горячка (сепсис), мастит. Гипергидроз подмышечных впадин. Отрицательная реакция на холод и простуду. Ипохондрия, мрачность, маниакально-депрессивный психоз, неврозы».<sup>27</sup>

**Луна** — это способность заботиться, не требуя ничего взамен (как настоящая мать заботится о ребёнке без требования отдачи и благодарности). Это умение создавать уют. Это способность чувствовать тонкие энергии в семье и успокаивать их своей теплотой и любовью.

Луна хранит наши воспоминания, символизирует прошлое, особенно детство. Луна — отвечает за наш дом, это семья, род, народ, наша история. Если не в порядке здоровье по Луне, значит, что-то не в порядке в семье, нет навыка правильной заботы о близких.

Как прорабатывать Луну? Если человек заботится о ком-то или просто выполняет обычную бытовую работу (моет посуду, стирает, протирает полы...) и при этом ворчит «ну, почему я всё должен делать???» или «Как я устал от этой рутины!!!», то он закладывает себе болезни по Луне. Заботиться и выполнять обыденные обязанности нужно параллельно с хорошими мыслями. Мойте посуду и думайте о хорошем, о том, что вы благодарны вашим близким за всё, что они вам делают по жизни. Так вы наполняетесь энергией Луны и как будет ваша забота приносить пользу вашим близким. И тогда пройдут гастриты, язвы и прочее.

**Духовные болезни:** склонен к унынию и даже депрессии; вялость; апатия; инфантильный; чрезмерная закрытость; уход в себя; сложности в выражении чувств (особенно в любви); отсутствует милосердие, плохо понимает боль других; пустая мечтательность; сильная

---

<sup>27</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

зависть от чужого мнения; **ОЧЕНЬ** низкая самооценка, всё время ищет подтверждение своей ценности у людей; неуверенность в себе; эгоистичен через своё равнодушие к людям; злопамятен; истеричность; обидчив; склонен к накопительству; зависимость от материальных ценностей, и даже некоторая скупость; сильно подвержен страхам; не умеет заботиться о близких и семье. (Развивать обратную сторону медали).

### **Развивать:**

1. Позитивное мышление.
2. Радость к жизни (свои эмоции окрасить радостью). Упражнение «Умение быть счастливым или Плотность счастья на момент времени» ищите на сайте «Психология в каждый дом!»)
3. Веру в себя и светлое будущее.
4. Самоуверенность.
5. Стать очень увлечённым, найти свой интерес.
6. Перестать жалеть себя! Разобраться с обидами.
7. Эмоциональное равновесие.
8. Быть беспощадным к своим недостаткам!
9. Развивать интуицию.
10. Убрать переедание.
11. Добавить солнца. Светить, помогать тому, кому ещё хуже.
12. Усиленная забота о семье. Большую часть своего внимания уделять семье, без требования отдачи! (благодарности в том числе).
13. Научится ухаживать за растениями, животными, пожилыми людьми и детьми, проявлять любовь, заботу, ласку, раскрывать сердце. Жизнь даёт возможность раскрыть это качество посылая определённую ситуацию. Например, кто-то принёс растение и попросил за ним поухаживать или в наследство досталась целая галерея цветов, а то посерьёзней – ребёнок или пожилой человек и т.п. Если непроработана Луна дают своих детей для наработки качества – забота о близких. Если нет своих, то так складываются ситуации, что дают приёмных или работу в детском коллективе (школа, детский сад). Если это качество не проработано в больших объёмах или человек отказывается от заботы о других (не в этой жизни так в прошлых), то дают старых людей: тяжело больных, прикованных к кровати или выживших из ума... Если человек правильно принимает эти ситуации (спокойно ухаживает без стенаний и причитай: «За что? Почему Я? Сколько можно?», урок быстро усваивается и ситуация облегчается.
14. Рекомендуются волонтерство (безвозмездная забота о чужих людях).

### **Эволюционные задачи Рака**

### **Первая задача**

«Найти внутреннюю опору в самом себе, и благодаря этому обрести чувство собственного достоинства и уверенность в себе, привести к норме самооценку. И только обретя внутри себя подлинное сокровище, Рак сможет найти себя, свой дом, своё призвание и во внешнем мире. Если же Рак пытается бежать от самого себя, ища утешения и любви во внешнем мире, он обречён на провал. Найдя свет Божественной любви в себе самом, он обретёт чувство защищенности, безопасности. Он обнаружит, что источник счастья и любви в нём самом, и за ними не нужно никуда бежать, не нужно их искать у других. А когда он научится делиться счастьем и любовью, окружающий мир начнёт платить ему тем же.

### **Вторая задача**

Уравновесить свои чувства. Рак чувствителен и внутренне может быть очень эмоционален, но он часто ощущает невозможность выразить себя по-настоящему. Рак несёт в себе очень много Божественной, безусловной любви. И когда он начинает излучать эту любовь, его потребность в неадекватном выплескивании эмоций пропадает. Начав спокойно излучать в окружающее пространство свет и любовь, вы сможете спокойно созерцать свои эмоции, позволяя им приходить и уходить, не пытаясь ни подавить их, ни выплеснуть любой ценой. Так вы уравновесите свою эмоциональность, и выполните кармическую задачу.

Представьте, что вы – светильник, который просто освещает пространство вокруг тихим, спокойным, мягким светом. Светильник не пытается выплескивать потоки света на окружающих, он не направляет их в какую-то определённую сторону. Он просто излучает свет. Кто-то может греться в этом свете, купаться в волнах излучаемой вами любви, насыщаться её энергиями – но никто не может отнять у вас этот свет, ослабить его или загасить. Он – ваш, и чем больше вы его излучаете, тем больше его у вас.

### **Третья задача**

Обрести внутреннюю стабильность и создать вокруг себя атмосферу покоя, комфорта, уюта, благополучия, где будет хорошо не только ему, но и другим людям.

Рак – неисчерпаемый источник Божественной любви. Важно, чтобы он делился ею, но не принося себя в жертву ради других, а заботясь сначала о себе, создавая свой вариант земного рая сначала для себя. Но ему недостаточно заботиться лишь о себе, ему нужно создавать рай и для других. Открыв Божественный дом внутри себя, он должен перенести его свет и любовь и в материальный мир, и, прежде всего, окружить светом и любовью своих

близких».<sup>28</sup>

### **Коротко:**

Первая задача. Найти внутреннюю опору в самом себе, и благодаря этому обрести чувство собственного достоинства и уверенность в себе, привести к норме самооценку.

Вторая задача. Уравновесить свои чувства. Научиться выходить из негативных чувств и мыслей. Основной фон эмоций – РАДОСТЬ и ПРИНЯТИЕ ВСЕГО МИРА.

Третья задача. Нести высшие энергии Любви людям на Земле. Помните, Вы тот, кто хранит память о Божественном доме и переносит эти энергии всем на Земле!

### **Лунные циклы**

#### **Луна в Раке**

«Активная энергия, которой заряжены все дни Рака, оказывает своё влияние на грудь, лёгкие, желудок, печень и жёлчный пузырь. В указанные дни наиболее уязвим желудок. На нём нельзя проводить операций, допускать лечебных воздействий – даже если вы отдаёте предпочтение нетрадиционной медицине, экстрасенсорике. Замечена любопытная особенность: если вы родились утром или днём, то сегодня кислотность желудочного сока повышается, а если вечером или ночью – понижается. В этот день следует отказаться от приема химических лекарственных препаратов. Очень вредно спиртное, даже в малых дозах. В жаркие месяцы не стоит загорать, особенно после зимнего перерыва в дни Рака при любой фазе. При Луне в Раке хорошо проходят очищение организма, лечение артритов, операции на ногах, коленях, сухожилиях. В указанные дни рекомендуется лечить и удалять зубы, вставлять зубные протезы. Также хорошо воздействовать на болезни обмена веществ (подагру). Если проводить операцию при растущей Луне в Раке, могут возникнуть осложнения. Вмешательства в полости рта пройдут хорошо, если проводить их при ущербной Луне, кроме дней Рака.

Характерная черта этих дней – сырая и холодная погода. Если кто-то страдает от ревматизма, то он не должен в этот период проветривать свои постельные принадлежности на балконе, подоконнике, улице. Сырость останется в перине, одеяле либо подушке, и неприятные ощущения будут беспокоить человека всю ночь. На растущей Луне в Раке хорошо восполнить недостаток витаминов, микроэлементов, аминокислот. Приводить в порядок

---

<sup>28</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва: 2014.

желудок, печень лучше всего в период между летом и зимой.

Наиболее благоприятно для восстановительных процессов в печени и жёлчном пузыре время после полуночи. Можно наполнить мешочек засушенными лекарственными растениями, опустить его в горячую воду, отжать и приложить к больному месту на 2 часа.

В дни Рака следует отдавать предпочтение минеральной и очищенной воде. Рекомендуется отказаться от тяжёлой, острой, жирной пищи, чтобы не перегружать желудок. Это подходящие дни для выведения из организма шлаков и токсинов. В указанный период организму полезны углеводы».<sup>29</sup>

### Лев «Светоносец»

*Прохождение Солнцем знака Льва: 23 июля - 23 августа*

**«Ты тот, кто светом Духа создаёт миры»**

#### **Заболевания по Льву**

С 28 до 35 лет Pars Vitae идёт по знаку Льва (Солнце). Знак отражает состояние верхней части спины, позвоночного столба, сердца, сосудистой системы, костного мозга, циркуляции крови. Это возраст большой активности, самореализации и самоутверждения человека, что потенциально может привести к перегрузке сердечно-сосудистой системы, вызвать сердечно-сосудистую аритмию, гипертонию или гипотонию, спазмы сосудов. Кроме того, если в возрасте Рака, Вы, например, переедали и набрали лишний вес или приобрели желудочно-кишечные заболевания, то в возрасте Льва это приведёт к быстрой утомляемости сердца и сосудов, их зашлаковке и нарушению сердечной деятельности. То есть все «нарушения» предыдущего знака автоматически перейдут в последующий и усугубят состояние человека.

Предрасположенность к патологическим состояниям: уязвимы сердце и грудной отдел позвоночника. Склонность к образованию бородавок, родинок и новообразований.

Врождённый порок сердца и спазм сосудов (стенокардия, гипотония и гипертония, ишемическая болезнь сердца, аневризма аорты, инфаркт, большая опасность внезапной остановки сердца). Воспаление спинного мозга или полиомиелит. Аритмия сердца, неврологические спазмы и боли в сердце и в области грудного отдела позвоночника, нарушения проводимости. Судороги икроножных мышц. Лихорадки, воспалительные

---

<sup>29</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

процессы. Заболевания лицевой области и глаз. Быстро проходящие простуды с высокой температурой».<sup>30</sup>

**Солнце** (Лев) связано с нарушением кровообращения, обморочными состояниями. Солнце канал для выражения активной творческой энергии. «Это символ нашего Духа, нашей истинной глубинной сущности. Это наше Эго, наше «Я». Яркое, заметное, творческое.

Солнце — это наша воля, наше стремление к самопроявлению, к самодемонстрации. Солнце — это принцип творения, созидания. Но не механического, а искусного, при котором мы вкладываем в создаваемый объект (проект, дело, предмет и т.д.) часть души. Солнце символизирует наших детей, плоды нашего творчества в любом смысле слова. Про человека с сильным Солнцем говорят:

«Он — ЛИЧНОСТЬ!» Человек со слабым Солнцем просто не сможет долго находиться на виду. Человек с сильным Солнцем, наоборот, катастрофически нуждается во всеобщем внимании, без него он чахнет, как цветок в чулане».<sup>31</sup>

**Духовные болезни:** тщеславие; гордыня; большое себялюбие; эгоизм; высокомерие; презрение к окружающим; унижение людей; неуверенный в себе; или чрезмерная уверенность; податливым на лесть; нетерпим к любому мнению, не терпит любую критику; озлобленность и мстительность; склонен к конфликтности; мелочность; жадность и даже скупость; обидчивость; требует внимания негативными способами: скандалы, истерики... (Развивать обратную сторону медали).

### **Развивать:**

1. Позитивное мышление.
2. Развивать волю и стремление к самопроявлению.
3. Заняться самореализацией.
4. Не искать авторитетов на стороне.
5. Поиск высоко-духовного идеала в себе.
6. Такт. Щедрость и надёжность.
7. Развивать жизнелюбие.
8. Уравновесить свои эмоции. Больше быть в позитиве!
9. Не распыляться по пустякам. Беречь энергию.

---

<sup>30</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

<sup>31</sup> Е. Саликова «Астрология для начинающих».

10. Творчество в любом смысле слова и проявления.
11. Терпимость.
12. Проявлять смелость и умение настоять на своём, проводить в жизнь свои идеи.
13. Проявлять свою линию и волю мягко и экологично. Упрямство убрать. Быть гибче и уступчивей. Упражнения «Повтори-Согласись-Добавь», Критика + - +, ищите на сайте «Психология в каждый дом!»
14. Избегать алкоголя, зависимостей.
15. Перенаправление энергии в мирное русло – увлечение и помощь людям (если просят).
16. Сбрасывание лишней энергии на природе в землю.
17. Расслабление – аутотренингами и медитациями.
18. Не экзальтировать (не хвалиться) без повода и дела.
19. Обдумывать, прежде чем действовать – 7 раз отмерь.
20. Не заставлять людей делать то, что хотите Вы. Мотивировать собственным примером. Показать дверь в прекрасный мир.
21. Светить везде и всюду позитивом. Нести свет, любовь и добро!

### Эволюционные задачи по Солнцу (Лев)

#### **Первая задача**

«Состоит в том, чтобы научиться разумно распоряжаться той властью над людьми, которая дана ему в руки. Сила власти дана вам для того, чтобы вы вдохновляли людей на благие дела.

Сила власти дана вам, чтобы вы вместе с другими могли строить новые прекрасные миры на планете Земля. Сила власти дана вам, чтобы вокруг вас собирались друзья и единомышленники. Помните, что ваш дар – творить миры.

#### **Вторая задача**

Уравновесить свои эмоции. Лев – очень эмоциональный знак, и если он настроен позитивно, то способен поистине на великие дела. Но если он настроен негативно, то разрушает и самого себя, и всё вокруг. Призвание Льва – дарить любовь, свет, создавать вокруг себя позитивно заряженное энергетическое поле.

#### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы перестать зависеть от мнения и отношения других людей. Вы создаёте то, чего до вас не было – и речь идёт не о материальных вещах, речь идёт о целых пространствах Духа, которые вы приносите с собой всюду, где ступает ваша нога, в социум, в семью, в политику, в экономику, в науку, в искусство. Вы – яркие, вы – настоящие звёзды, свет ваш виден издалека, и свет ваш творит миры. Вам дана власть над людьми.

*Используете ли вы её по назначению?*



*Не тратите ли ваш дар на обслуживание лишь потребностей собственного эго?*

Помните, что ваше призвание поистине является великим. Вы способны на многое, очень многое. Вы способны очень активно содействовать эволюции человечества. Вы – те, кто движет её не просто вперед, вы – те, кто создаёт новые формы человеческого бытия и наполняет их новым содержанием».<sup>32</sup>

### Лунные циклы

#### Луна во Льве

«Все дни знака Льва наполнены мощной, бьющей через край энергией, которая оказывает воздействие на сердце и кровообращение, а также на область спины и диафрагму. В этот период крайне опасно перенапрягаться. В дни Льва уязвимо сердце, за исключением дней, когда Солнце находится в одном из огненных знаков (т. е. если по солнечному календарю у нас месяцы Овна, Льва, Стрельца). В лунные дни Льва нельзя увеличивать нагрузку на сердце, это чревато осложнениями вплоть до сердечной недостаточности, инфаркта.

Причиной многих болезней этого органа является неудобное спальное место, розетки, электроприборы (их следует обязательно выключать из розетки), зеркала напротив кровати, хлам под ней, неправильное положение тела во время сна.

Во время нахождения Луны во Льве уязвима спина. Ни в коем случае не перегружайте её, не носите тяжестей, отложите генеральную уборку, особенно мытьё полов. В эти же дни может появиться бессонница. Сильно повышается риск обострения радикулита. В дни Льва не рекомендуются хирургические вмешательства в области спины и груди. В это время не следует заниматься чрезмерным физическим трудом, так как это приведёт к усталости и истощению. Энергия сегодня поглощается больше, чем в другие дни. А поскольку через два-три дня Луна перейдёт в знак Девы, то ваше самочувствие может стать совсем вялым.

Дни Льва – очень благоприятное время для лечения сосудистых заболеваний и болезней нервной системы. Хорошо в эти дни проходит терапия голеней, заболеваний суставов, а также органов зрения. Не делайте никаких операций при убывающей Луне во Льве. В эти дни будьте осторожнее с ультрафиолетовыми лучами, не важно, идёте ли вы на пляж или в солярий.

В дни Льва организм нуждается в повышенном количестве белка. В указанное время белки наиболее полезны. Хорошо включать в рацион наполовину животные, наполовину

---

<sup>32</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва; 2014.

растительные белки – нежирное мясо, птицу, яйца, молоко, бобы, крупы.

Что касается хирургических вмешательств, главное правило остаётся неизменным: делать операцию нужно при убывающей Луне, но не в дни Рака, Близнецов, Льва. Следует по возможности отказаться от проведения операции на растущей Луне. Осложнения возможны в дни Рака, Близнецов, Льва, а также за три дня перед полнолунием и в само полнолуние».<sup>33</sup>

### Дева «Мастер»

*Прохождение Солнцем знака Девы: 24 августа - 23 сентября*

**«Ты тот, кто создаёт многообразие форм проявления Духа»**

### Заболевания по Меркурию (Деве)

В Деве эта Точка находится с 35 до 42 лет (Меркурий). Так как знак отвечает за брюшную полость, тонкий кишечник, селезёнку, жёлчный пузырь, лимфу и нижнюю часть печени, то основные проблемы этого возраста связаны с состоянием этих органов, что может выразиться в стойких запорах, воспалениях кишечника, его атонии, перитоните, дизентерии, аппендиците, колите, метеоризме и интоксикации организма. Уже в Деве с 35 до 42 лет **человек должен выбрать для себя подходящий образ жизни и систему оздоровления**, а в Скорпионе она уже должна быть использована.

«Предрасположенность к патологическим состояниям: болезни тонкого кишечника. Склонность к неврастении, неврозам кишечника, нарушению его двигательной функции – непроходимость, обстипация, колики. Метеоризм, диарея, глисты, нарушения в лимфатической системе. Заболевания печени (холецистит, цирроз, жировое перерождение печени). Слабая перистальтика, сократительная функция и флора тонкого кишечника, заражение крови вследствие поражения стенок кишечника. Склонность к отравлениям. Понижена очистительная функция лимфы, что приводит к страданиям от экологической загрязнённости, небрежности в питании и гигиене. Аллергия на химические медицинские препараты. Плохая переносимость несвежей пищи и продуктов с содержанием пестицидов,

---

<sup>33</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

нитратов и гербицидов. Расстройства кишечника и нарушения углеводного обмена. Запор, панкреатит и диабет. Гнойный аппендицит и перитонит».<sup>34</sup>

**Духовные болезни:** свойствен скептицизм; придирчивость; чрезмерно требовательна и критична по отношению к другим по мелочам; пессимизм переходящий в чёрную меланхолию. Склонность слепо подражать другим. Дева привыкла доверять только тому, что можно увидеть и потрогать, не признаёт никаких истин, кроме логических доводов разума, и презирает всё то, что касается сферы чувств, души, тонких переживаний. Она склонна убегать от проблем и перекладывать их на чужие плечи. Её Дух не задействован в решении её главной задачи – упорядочивании хаоса, поэтому хаос накапливается и заставляет её чувствовать себя беспомощной, обессиленной, ни на что не способной. В таком состоянии она не может решать проблемы, но ничего не делает для восстановления своих сил, а вместо этого всё время ожидает, что кто-то ей поможет или даже сделает всё за неё.

Нерешительность. Не умеет делать выбор в своей жизни. Свойственны вялость, апатичность, медлительность. Её (Дева) огромная жажда деятельности спотыкается об отсутствие смысла этой деятельности, а от бессмысленной работы Дева чувствует себя истощённой. Робость.

Корыстное отношение, как к людям, так и к вещам, к природе, к миру в целом. Суетливы.

Дева, не имеющая высшей цели, хватается за всё подряд, в итоге ничего не может сделать как следует. Вследствие этого в её жизни накапливается беспорядок, хаос. Не в силах с этим справиться, такая Дева просто машет на всё рукой, и мирится с собственной неаккуратностью, неряшливостью, небрежностью и халатностью.

### **Развивать:**

1. Позитивное мышление.
2. Дисциплину и ответственность.
3. Легче относиться к жизни и с юмором.
4. Уверенность в себе.
5. Сочувствие и милосердие.
6. Найти высшую цель своего труда.
7. Трудиться ради людей, а не ради труда или «Так надо».
8. Включать чаще внутреннего ребёнка и больше времени проводить с детьми, учиться у них непосредственности, интересу к жизни, игривости.
9. Всю жизнь стремиться к самосовершенствованию.

---

<sup>34</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

10. Спокойно принимать критику извне. Свою критику давать только по формуле + - +, ищите на сайте «Психология в каждый дом!»

### Эволюционные задачи по Меркурию в Деве

#### Первая задача

«Состоит в том, чтобы навести порядок в своей жизни, устранить хаос.

Непробуждённые Девы склонны буквально утопать в мелочах, в житейской суете, хватаясь за всё подряд и будучи не в силах отличить главное от второстепенного. Из-за этого они перестают справляться даже с обыденными делами, в их жизни и в том пространстве, где они живут, возникает беспорядок, глядя на который, они могут впасть в апатию и начать чувствовать себя беспомощными. Тогда как для Девы очень важно вносить во всё порядок и создавать гармонию для себя и других. В этом состоит важная составляющая смысла жизни для них.

Главное – что Дева умеет и любит наводить порядок, она не боится грязной работы. Но начинать надо с порядка в своей собственной душе. Разобраться, что является главным на данный момент, и где следует навести порядок в первую очередь. Всё остальное отложить хотя бы на время, не разбрасываться, не поддаваться соблазну сделать всё сразу.

В Деве заложено огромное стремление к совершенству, поэтому она и берётся сразу за всё.

Ей надо немного умерить свой перфекционизм, и смириться с тем, что сразу во всём навести порядок невозможно, и что не всё в её жизни так совершенно, как она хочет. Тогда она сможет навести порядок сначала в том, что более важно, а потом, так же постепенно, браться за другие дела.

#### Вторая задача

Состоит в том, чтобы научиться принимать ценность своих чувств и чувств других людей.

Непробуждённой Деве свойственно отвергать чувственную сторону жизни. Она не очень доверяет своим чувствам, и даже порой старается их не замечать. Её развитый аналитический ум порой смеётся над чувствами. Поэтому она может становиться холодной и бесчувственной, хотя по своей истинной сути Девы являются очень тонко чувствующими и глубокими натурами. Но им может казаться, что давать волю чувствам опасно, что это может вывести их из равновесия и разрушить их жизнь. Поэтому они порой намеренно культивируют в себе практицизм, и даже скептицизм. В таком случае любые проявления

эмоциональности других людей вызывают их раздражение.

Девам нужно научиться жить не только внешней жизнью, но обращаться внутрь себя, к своим эмоциям, к душевным переживаниям – не бежать от этого, а принимать это. Научившись принимать и понимать себя в своих тонких душевных переживаниях, дав себе право на эти переживания, Дева начнёт понимать и других людей, и уже не будет отталкивать их своей холодной бесчувственностью. Но для этого Деве придётся потрудиться, чтобы привести к гармонии с чувствами свою практичность и свой трезвый аналитический ум.

Ей совсем не трудно научиться держать чувства под контролем. Поэтому она может не беспокоиться, что чувства лишат её здравого смысла и приведут к хаосу. Но обращаться к своим чувствам, а не только к разуму, научиться признавать, что и они имеют право на существование, понимать, что они говорят, и прислушиваться к этому голосу ей просто необходимо.

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы уйти от искушения заниматься исключительно материальной стороной жизни.

Девы любят уют, покой, комфорт, и умеют всё это создавать. Они способны гениально обустраивать быт, как ни один из знаков. Если они ограничиваются только этим, то становятся слишком приземлёнными, увязают в материальности, и в итоге теряют смысл своего существования. Чтобы как-то восполнить недостаток смысла, они начинают гнаться за деньгами, богатством, становятся корыстными, завидуют тем, кто имеет больше материальных благ, и всем этим разрушают себя.

Кроме того, Девы, не видящие высшего, духовного смысла в своих делах, не понимают, ради какой цели они трудятся. Не видя своего пути, они нуждаются в поводе, за которым склонны идти слепо и покорно, подчиняясь любым приказам. Из таких Дев получаются слуги, рабы, безвольные подчинённые и исполнители. Это низший путь развития для Дев.

Такая Дева живёт и действует механистически, не проявляя своё «Я». Чтобы выйти на высший путь, им нужно осознать свою миссию мастеров Вселенной, которые создают разные формы проявления Духа во всём, чем бы они ни занимались.

### **Коротко:**

Первая задача. Навести порядок сначала в том, что более важно, а потом, так же постепенно, браться за другие дела.

Вторая задача. Научиться выражать свои позитивные чувства открыто для людей. Больше радости и непосредственности.

Третья задача. Уйти от искушения заниматься исключительно материальной стороной жизни.

Вы – те, кто наводит порядок, выстраивает гармонию во всём, за что бы ни взялись. Вы – те, кто несёт эту истину на Землю, кто излучает эту любовь, равную ко всем, кто наполняет этой любовью все формы жизни, формы, созидающие рай на Земле.

Дева – самый трудолюбивый знак Зодиака. Ей необходимо любимое дело, которому она сможет посвятить себя. В работе она всегда в первых рядах, в числе лучших работников.

Причём ей чужд карьеризм, она практически лишена какой бы то ни было амбициозности.

Она работает, не думая о награде, исключительно из любви к делу и из стремления реализовать в действии своё трудолюбие, усердие и ответственность.

Вы – те, кто наводит порядок, выстраивает гармонию во всём, за что бы ни взялись. Вы способны трансформировать в Духе любую сферу жизни, до основания, до мелочей и подробностей.

Но вам следует задавать себе вопросы:

*Не увязаю ли я в материальном?*

*Не забываю ли я, что тружусь во имя торжества Духа?*

*Не слишком ли я погружён в суету, в деятельность ради деятельности, в активность ради активности?*

*Не слишком ли я мелочен и придирчив, не забываю ли о том, что любые формы и проявления жизни достойны любви?*

Возвращайте себя вновь и вновь на путь своего служения – великого служения Духу! Не забывайте, что через мелочи, детали и подробности тоже можно нести Божественный свет любви в земную жизнь. Тогда вы будете выполнять своё высшее предназначение».<sup>35</sup>

### **Весы – «Миротворец»**

***Прохождение Солнцем знака Весов: 24 сентября – 23 октября***

**«Ты тот, кто восстанавливает равновесие материи и Духа»**

---

<sup>35</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва; 2014.

### **Заболевания по Венере (Весам)**

Нервные расстройства и стрессы способствуют ухудшению здоровья. С 42 до 49 лет Pars Vitae проходит Весы (Венера), которые астрологически связаны с почками, надпочечниками, областью поясницы, верхней частью таза, мочевым пузырём и мочевыводящей системой в целом. До этого знака Точка Жизни проходила знаки нижней полусферы, где человек тратит свою энергию, приобретая жизненный опыт и накапливая массу болезней. Теперь, выйдя в верхнюю полусферу, человек должен научиться обмену энергиями с внешним миром, действуя с ним созвучно. Это период перестройки организма, связанный с гормональной деятельностью. Есть тенденция к возникновению гинекологических заболеваний, пояснично-крестцового радикулита и заболеваний мочеполовой системы (почечная гипертония, песок и камни в почках и мочевом пузыре, нефрит, цистит), происходит снижение детородных функций организма, наблюдается нарушение кровообращения, приводящее к застойным явлениям и опухолям в этой сфере.

«Предрасположенность к патологическим состояниям: заболевания почек. Нарушения функциональной деятельности мочевыделительной системы с хроническими процессами, что на клеточном уровне затрудняет вывод из организма продуктов метаболизма и может привести к тяжёлым формам уремии или анурии. Предрасположенность к развитию опухолевого процесса из-за ослабления иммунитета. Почечные колики, нефрит, пиелонефрит, внематочная беременность, кожные заболевания типа экземы. Образование камней в почках и мочевыводящих путях, что может привести также к задержке мочи или уремии. Учащённое мочеиспускание, циститы, плохо поддающиеся лечению, вялотекущие воспалительные процессы с периодическими спазмами. Склонность к диабету и заболеваниям нервной системы. Головные боли. Острые лихорадочные состояния, связанные с воспалительными процессами в почках. Энурез».<sup>36</sup>

**Венера** – это любовь, эмоциональная сфера, желания, влечения, ключ к социальным отношениям. «Венера — это то, что нам нравится, что доставляет нам удовольствие.

Покровительница женщин и их боевого арсенала — женственности. Если лунная еда — это пища, необходимая для поддержания жизненных сил, то венерианская еда — это

---

<sup>36</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

произведение искусства, шедевр кулинарии. Венера — покровительница любви: земной и чувственной и отношений».<sup>37</sup>

**Духовные болезни:** свойственна нерешительность. Они колеблются и сомневаются, и очень часто неспособны сделать никакого выбора, даже когда это необходимо. Пассивность.

Фатализм, чувствуют себя беспомощными перед судьбой, а от того склонны к разочарованию, апатии, депрессии. Страх быть собой, боятся собственных чувств, а потому прячутся за маской равнодушия, отстранённости, холодности. Слабоволие. Они пасуют перед любыми препятствиями и без боя сдаются злу. Стараются избегать ответственности или сбрасывать её с себя: винят во всём других, обстоятельства, судьбу, время, и т.д. Сильная

зависимость от чужого мнения. Они остро реагируют на обиду и критику. Стараясь избежать чьих-то негативных оценок, будут стараться любой ценой угождать другим и подстраиваться под них. Слишком подвержены влиянию, уступчивы, могут легко отказаться от того, что для них важно. Страх перед проявлением чувств и зависимость от чужого мнения придают поведению Весов неестественность, доходящую до откровенного наигрыша, притворства, и даже лицемерия. Неискренность. Подчас они носят маску и скрывают своё истинное лицо вполне осознанно, считая, что быть собой опасно. Такие Весы очень коварны: они могут обманывать, в глаза признаваться в любви, а за глаза смеяться и презирать. Страдают от неуверенности в себе. У них нет прочного духовного стержня, отсюда внутренняя неустойчивость, постоянный поиск опоры вовне и ощущение краха, если она не находится или рушится. **Неумение получать удовольствия от жизни!** (Развивать обратную сторону медали).

### **Развивать:**

1. Оптимизм и позитивное мышление.
2. Не додумывать за людей, что подумает, что скажет, как посмотрит...
3. Искать поддержку в себе, развивать стержень, отстаивать своё мнение.
4. Научиться выражать свои чувства и эмоции через разговор и творчество.
5. Объективность, беспристрастность.
6. Научиться получать удовольствие от жизни в разных проявлениях.
7. Учиться говорить нет.
8. Развивать жизнелюбие.

---

<sup>37</sup> Е. Саликова «Астрология для начинающих».



9. Сам себе спонсор: «Сам себя не похвалишь, никто не похвалит», «Какой хороший Я и песенка моя».
10. Подходить к делу с творчеством.
11. Нельзя потакать своим слабостям и удовольствиям.
12. Тянуться к Высшим ценностям, вместо материальных.
13. Главное — научить работать свои чувства в режиме радости и любви, духовного удовлетворения.
14. Работать на отдачу! Отдавать людям чего-либо без требования благодарности взамен.
15. Выходить во внешнюю реальность из своих фантазий.
16. Научиться выражать свои мысли, эмоции экологическим способом (человек вскипает, пенится и обливает «нарушителя» кислотным потоком своих чувств).
17. Разобраться с обидами. Обида – это недополучение того, что ожидал от мира. Озвучивать свои ожидания от человека сразу, без убираания претензий в глубокий комод.

### Эволюционные задачи Венеры в Весах на это воплощение

#### Первая задача

«Состоит в том, чтобы преодолеть свою нерешительность, склонность к сомнениям и колебаниям. Такими часто бывают непробуждённые в Духе Весы, так как они не выполняют своей высшей миссии. В итоге они просто плывут по течению, становятся покорны обстоятельствам, и все свои неудачи списывают на судьбу, «злой рок», а то и на других людей, которых обвиняют в своих бедах.

На самом деле Весам дана большая власть над своей судьбой, но для этого они должны взять ответственность на себя. Они должны знать, что им дано право выбора – и их высшая миссия состоит в том, чтобы делать выбор в пользу света, и вносить свет туда, где его недостаёт.

Начать надо, конечно же, с себя. Выбирайте то, что является благом для вас. Выбирайте то, что несёт вам радость, мир, покой, счастье. Вы являетесь очень тонко настроенным инструментом. Вы чётко распознаёте, что для вас благо, а что – нет.

Нерешительность часто заставляет вас смиряться с тем, что для вас не является благом.

Порой вы предпочитаете мучиться и терпеть, чем делать решительные шаги. Но таким образом вы приносите вред не только себе. Вы перестаёте нести свет, вы склоняетесь на сторону тьмы, ибо там, где нет для вас счастья, там тьма.

Осознавая свою высшую миссию, которая состоит в гармонизации, приведении к свету и счастью своей жизни и окружающего мира, вы научитесь делать выбор и принимать решения, ведь вы будете чётко знать, что эти решения служат свету, Духу, Божественному

умиротворению и любви.

### **Вторая задача**

Состоит в том, чтобы обрести уверенность, самодостаточность и выйти из-под влияния других людей.

Весы, не отработавшие карму, слишком зависят от чужого мнения. Они готовы любой ценой угождать другим, и готовы даже приносить себя в жертву, чтобы вписаться в общепринятые правила, стать такими, какими другие хотят их видеть.

Но человек, живущий с оглядкой на других, просто не в состоянии быть самим собой. Он проживает не свою, а чужую жизнь. Он перестаёт быть хозяином самому себе и позволяет другим распоряжаться собой. Весы от этого начинают болеть, и в первую очередь у них уязвимо сердце. Потому что сердце очень страдает, если они не дают реализоваться своему истинному «Я».

Если Весы осознают свою подлинную роль миротворца, если они осознанно начинают нести свет и любовь, наполняя этими энергиями в первую очередь себя и свою жизнь – у них оказывается достаточно силы, чтобы обрести уверенность, перестать зависеть от других, выработать собственную позицию в жизни и начать её отстаивать. Чтобы быть миротворцем, нужна внутренняя умиротворённость, но ещё нужна уверенность.

Если вы будете готовы проводить гармонизирующую работу при помощи энергий света и любви – вас не будет волновать, что скажут по этому поводу другие люди, и как они будут к вам относиться. Вы научитесь сохранять чувство собственного достоинства несмотря ни на что.

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы научиться доверять своим чувствам и открыто проявлять их.

Непробуждённые Весы часто боятся быть самими собой, и от того скрывают свои чувства, своё подлинное «Я», боятся раскрываться и не реализуют себя такими, какие они есть. Из-за этого они производят впечатление холодных, отстранённых, неприступных людей – либо пытаются играть роль добрых и любвеобильных, но всегда видно, что это лишь маска. Тогда как в глубине души Весы действительно являются добрыми, тонкими и очень глубоко чувствующими людьми. **Их проблема – в несоответствии внешнего внутреннему.**

Освобождаясь от кармы и раскрывая свою высшую миссию, Весы должны научиться доверять себе, принимать себя и свои чувства такими, как есть. Им необходима постоянная работа над осознанием того, что они на самом деле чувствуют. Им необходимо прилагать

постоянные усилия для того, чтобы учиться так или иначе выражать эти чувства. Не играть в чувства, не надевать привычную маску – а позволять себе чувствовать на самом деле.

Хотя бы наедине с собой смейтесь, когда смешно, плачьте, когда грустно. Не прячьте свои чувства от самого себя. Не пытайтесь заменить чем-то другим то, что вы чувствуете на самом деле. Весы часто прячутся от чувств, уходя в размышления и разговоры. Тогда как надо просто задать себе вопрос: «Что я на самом деле чувствую?» И дать себе возможность прочувствовать это. Это не сделает вас слабее – это сделает вас сильнее.

### **Коротко:**

Первая задача. Преодолеть свою нерешительность, склонность к сомнениям и колебаниям.

Смело научитесь делать выбор и принимать свои решения.

Вторая задача. Обрести уверенность и выйти из-под влияния других людей.

Третья задача. Научиться доверять своим чувствам и открыто проявлять их, можно сказать, даже заявлять о них.

Ваша роль – восстанавливать равновесие там, где оно нарушено.

Ваша роль – нести мир и покой туда, где их недостаёт.

Ваша роль – проливать свет туда, где, по вашим наблюдениям, слишком много тьмы.

Ваша роль – добавлять совершенства туда, где его мало или нет совсем.

Ваша роль – приводить к мирному исходу все битвы между светом и тьмой.

В вашем сердце тот великий мир и покой, и та великая Божественная любовь, с помощью которой вы можете остановить любые битвы, развеять любую тьму, создать пространство света и любви вместо поля боя.

Вы можете не только побеждать зло и прекращать битвы. Вы можете улучшать, совершенствовать то, что не является совершенным. Вы можете вносить красоту и гармонию туда, где их недостаёт. Дар нести не только мир, но и красоту – один из важнейших ваших даров».<sup>38</sup>

### **Лунные циклы**

#### **Луна в Весах**

---

<sup>38</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва; 2014.

«При Луне в Весах особенно уязвимы мочевой пузырь и почки. Сегодня их нельзя перегружать, не нужно пить слишком много жидкости. Операции на этих органах нежелательны. Если срок операции можно корректировать, избегайте дней Весов, особенно в период, когда и Солнце находится в Весах. Если вы предрасположены к болезням почек, не ешьте много помидор. Последние способствуют образованию камней. После 19.00 не следует пить молоко, так как оно перегружает почки.

Также уязвима эндокринная система, в первую очередь поджелудочная железа. В дни Весов особенно осмотрительны должны быть больные панкреатитом и диабетом. Отметьте, что если накануне, в день Девы, вы плотно поели, то сегодня увеличивается нагрузка на поджелудочную железу.

Дни Весов подходят для пластических и косметических операций, лечения ушей, начала диеты и других процедур по снижению веса. Если планируется операция в полости рта, не проводите её при растущей Луне в Весах.

В указанный период организм нуждается в жирах. Можно есть мясо, молоко, сыр, но преимущественно это должны быть жиры растительного происхождения, которые в достаточных количествах содержатся в орехах и растительном масле».<sup>39</sup>

### **Плутон (Скорпион) «Чистильщик»**

*Прохождение Солнцем знака Скорпиона: 24 октября - 22 ноября*

**«Ты тот, кто трансформирует тьму в свет»**

#### **Заболевания по Плутону (Скорпиону)**

В 49-56 лет Точка Жизни идёт по Скорпиону (Плутон), который проецируется на область от пупка до копчика. Это прямая кишка, предстательная железа, внешние половые органы.

Активизация энергии в этом знаке приводит к ослаблению иммунной и половой систем, к болезням от нарушения очистительных процессов, переполнению органов малого таза кровью и её застою — могут быть аденомы предстательной железы, опухоли матки, геморрой, нарушения в работе эндокринной системы. Генетика и наследственность. В этот период заканчивается перестройка организма (Скорпион — восьмой знак Зодиака, знак трансформации).

---

<sup>39</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

«Предрасположенность к патологическим состояниям: воспалительные и инфекционные болезни половой сферы (часто скрытые и затяжные). Болезни носа, зева, глотки и гортани. Венерические заболевания. Неврологические расстройства мочеполовой системы, нарушения менструального цикла и дисменорея, болезни голосовых связок. Наследственные заболевания по мужской линии, мокнущая экзема, гипертрофия предстательной железы, геморрой и водянка. Склонность к бесплодию, нарушению менструального цикла, спазматическим болям промежности и ануса. Стойкие, плохо поддающиеся лечению формы геморроя, обстипация, болезненные мочеиспускания. Эндокринные нарушения и врождённая патология половых органов, склонность к половым извращениям, тяга к наркомании. Все болезни, как правило, возникают на психосексуальной почве, из-за невоздержанности, сексуального психоза и эпилепсии. Желчекаменная болезнь. Лихорадки и воспалительные процессы, ринит, гайморит. Воспалительные заболевания кожи различной этиологии. Болезни глаз (вплоть до слепоты). Опухоли различной этиологии, параличи. Болезни распущенности в еде, питье и сексе. Нарушения иммунной системы (ВИЧ). Склонность к суициду».<sup>40</sup>

**Плутон (Скорпион).** «Коллективное в человеке, Рок, Судьба, неуправляемые ситуации, ключ к необходимости возрождения. Плутон — это огонь, выжигающий весь телесный и душевный мусор, это попытка превращения косной руды в благородный металл.

Плутон — управитель смерти. Не в смысле потери, а в смысле трансформации жизни, перехода в другой мир. Плутон — это рок, это железная рука судьбы. Наверное, каждый из нас хоть раз в жизни чувствовал её.

Плутон — это закоулки нашего подсознания. Работу хорошего психолога можно описать сочетанием планет Меркурий — Луна — Плутон.

Плутон — это ещё и ответственность лидера за коллектив, за нацию, за страну.

Плутон управляет процессом очищения. Плутон великий чистильщик — это перерождение.

Мощное включение Урана может изменить ритм вашей жизни, круг знакомых, профессию.

Включение Плутона изменит ВАС, причём настолько глубоко, что новая личность будет очень отдалённо напоминать старую ... если выживет.

В персональной судьбе Уран приносит внезапные перемены: раз — и ты не можешь видеть

---

<sup>40</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

старый мир. Раз — и всё переменялось! Надо думать, как к этому приспособиться.

Личный Плутон действует иначе. Он долго уговаривает человека через болезни и страдания: **«Смотри: и это уже неэффективно, и это устарело, и это надо менять»**. Причём события жизни будут подтверждать желательность внутренних изменений. К сожалению, уговоры редко приводят к удовлетворительному результату. Обычно человек сопротивляется изо всех сил — так не хочется расставаться с любимым хламом (внутренним и внешним). И тогда появляется железная рука судьбы, которая так меняет условия жизни человека, что остаётся одно: или измениться, или ... Уран меняет внешний мир, интеллект, мировоззрения человека, а Плутон — его Душу.

Мало кто замечает предлагаемые возможности мудрых планет (Плутон, Уран и Нептун) изменения, зато почти все страдают, когда мягкие уговоры сменяются на жёсткие требования».<sup>41</sup>

**Духовные болезни:** необузданно агрессивен, нередко бывает жесток, причём эта жестокость может даже доходить до садизма, злопамятен, мстительность, безжалостен к людям. Постоянный стресс, хроническое напряжение, неспособность расслабиться. Черты Скорпиона, не вышедшего на высший путь своего развития. Его терзают страсти, обиды, злость, жажда мщения, но всё это до поры до времени кипит у него внутри, никак не выражаясь внешне, от чего он и живёт в вечном напряжении. Напряжение, в котором он живёт, периодически выплескивается наружу в виде истерик, иногда без видимых причин. Несправедливость, склонен к крайностям, он может мгновенно переходить от любви до ненависти. Непредсказуемость. Свойственна повышенная конфликтность, затеять скандал даже без повода. Подозрительность приводит к тому, что ему везде мерещатся враги. Он видит обиду даже там, где её нет, и всегда мстит, даже, если обидчик мнимый. Часто относится к людям как к вещам, как к собственности, отсюда его деспотизм, жажда власти, требование подчинения, стремление контролировать других, манипулировать людьми.

### **Развивать:**

1. Полное мировоззренческое, ментальное (мысли, лексикон) и физическое очищение от негатива.

---

<sup>41</sup> Е. Саликова «Астрология для начинающих». Если Вы заболели раком, Вам пора кардинально меняться. Последнее 125 предупреждение Свыше.

2. Позитивное мышление **ОБЯЗАТЕЛЬНО!**
3. Принимать перемены в жизни и самому внедрять их во все сферы.
4. Уверенность в себе.
5. Доверие Вселенной.
6. Страдать молча, без сетований и стонов, а в идеале не страдать! Вместо страданий, нужно проделать анализ ситуации и закрепить выводы на будущее, смотреть на ситуации с духовного уровня. Быть мужественным во всех «неудачах». Принимать всё в своей жизни с благодарностью и как положительный опыт.
7. Справедливость и благородство во всём!
8. Предельная честность во всём.
9. Понимание другой стороны.
10. Защищать слабых.
11. Доверять, перенаправлять свою разрушительную силу на трансформацию в мирных целях.
12. Развивать интуицию и больше ей доверять.
13. Наладить связь с ангелами-хранителями.
14. Справедливое управление массами.
15. Экологичная критика людям по формуле + - +! (ищите на сайте «Психология в каждый дом!»).
16. Трансформировать мир через любовь.
17. Спокойное и правильное отношение к теме смерти и бессмертия.

### **Эволюционные задачи Плутона (Скорпиона) на это воплощение**

#### **Первая задача**

«Состоит в том, чтобы самому освободиться от диссонансных энергий, и только потом помогать в этом другим.

Скорпион остро реагирует на любые проявления диссонансных энергий в других людях, и сразу же пытается их устранить. Иногда он делает это очень безжалостно. Так же безжалостно он способен казнить и самого себя. Но в такой «казни» нет никакого смысла, равно как и в самобичевании.

Самобичевание и самонаказание, равно как и наказание других – это не трансформация энергий в свет и любовь. Это лишь ещё большее погружение во тьму. Чтобы этого не происходило, вам надо, прежде всего, отработать, трансформировать собственные диссонансные энергии. А иначе вы будет лишь умножать зло.

Отнеситесь к себе с любовью и пониманием. Отнеситесь объективно к собственным несовершенствам. Не казните себя за них. Вы ни в чём не виноваты. Просто осознайте, в чём состоят ваши промахи и ошибки, какие ваши качества и особенности поведения осложняют

вам жизнь, действуют разрушительно и на вас, и на окружающих.

Посмотрите на всё это глазами Духа, глазами вашего Божественного «Я». Направьте свет и любовь Бога на те качества и соответствующие им энергии внутри вас, которые не являются любовью и светом Бога.

Выразите намерение трансформировать эти энергии. Как можно чаще говорите себе, что отныне вы трансформируетесь в любовь и свет Бога на всех уровнях вашего существа.

Особенно часто говорите это себе тогда, когда ощущаете проявление каких-то разрушительных тенденций, диссонансных свойств вашего характера.

Так вы преобразите себя, благодаря чему выйдете на высший путь развития, и избавитесь от тех несчастий, которые неминуемо притягиваете к себе, если не избавляетесь от привычки наказывать себя и других.

Кроме того, так вы получите опыт мирной трансформации энергий, путем включения в действие созидательных, а не разрушительных сил. А значит, сможете мирно, конструктивно помогать в этом и другим.

### **Вторая задача**

Состоит в том, чтобы победить свою агрессивность.

Агрессивность Скорпиона связана с тем, что он остро чувствует любое зло и даже намёк на него, любую несправедливость, любое несовершенство, и не может оставаться к этому равнодушным, не может бездействовать. У него существует мощная глубинная потребность в том, чтобы немедленно что-то с этим сделать. Так проявляется его сущность чистильщика, призванного очищать мир от зла и несовершенства.

Но если Скорпион постоянно дает волю своей агрессии, если он направляет зло против зла, у него сбиваются внутренние ориентиры, и он начинает видеть зло даже там, где его нет. Ему везде мерещатся враги, ему кажется, что кто-то против него всё время что-то замышляет, и он может жестоко обидеть даже невинного, обвинив его во всех грехах. Это признак деградирующего Скорпиона, находящегося на низшей стадии развития.

Важнейшая задача для него – трансформировать свою агрессию в созидательную силу. Да, вы мгновенно видите все слабые места других людей. Нет ли у вас привычки бить в это слабое место, не раздумывая? Это типичное свойство неразвитых Скорпионов. Но это недостойное применение для их силы.

Вы можете показать другому его слабое место так, чтобы он сам увидел его, осознал, и захотел исправить. Вы можете помочь ему в этом. Используйте для этого свой авторитет,



свою способность влиять на людей – это дано вам от природы. Используйте ваше глубинное свойство любить и быть милосердным. Включайте в действие искреннее желание помочь другому, а не наказать его.

У вас большой дар убеждения – вы можете объяснить другому, в чём его ошибки, подсказать, как их исправить. Если вы сделаете это с любовью – то достигнете гораздо лучшего результата, чем если бы применили агрессию. Вы умеете контролировать свои эмоции.

Не давайте волю первой, агрессивной реакции. Научитесь брать паузу, включите свой аналитический ум, и найдите более продуктивный способ поведения. Научитесь говорить спокойно, без агрессии. Ваши слова благодаря этому прозвучат только убедительнее.

Поверьте в свою силу. Агрессия происходит лишь от того, что вы сами не верите в свои силы.

Тогда как вы способны осуществлять свою миссию абсолютно спокойно, не причиняя вреда ни себе, ни другим.

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы научиться слышать и понимать других людей.

Скорпион, слишком ориентированный на то, чтобы видеть зло, может не замечать позитивных качеств в других людях. От этого он становится необъективным, пристрастным, несправедливым. Он начинает видеть кругом врагов, чувствовать себя постоянно обиженным и оскорблённым, и стремится мстить, подчас не замечая, что ему никто на самом деле не желает зла.

Вспомните о том, что вы любимы Богом, и другие люди точно так же любимы Богом.

Посмотрите на себя, на других людей, на ситуацию в целом глазами любящего Бога. Вы увидите истину, которая состоит в том, что нет людей, однозначно плохих, нет тех, в ком присутствует только зло.

Попробуйте поставить себя на место человека, в ком вы видите обидчика и врага. Попробуйте взглянуть на ситуацию его глазами. Попробуйте понять, что заставляет его вести себя так, а не иначе. Попробуйте найти ответ на этот вопрос с его точки зрения, а не с вашей.

Если вам удастся отстраниться от себя, от своих обид, если вам удастся взглянуть на другого непредвзято, вы сможете понять, что причины его поступков не в том, что он «плохой», и не в том, что он хочет вас обидеть.

Может быть, он сам чувствует себя обиженным, или в чём-то несостоятельным. Может быть, он сам страдает, и в этом всё дело. И ваша задача – помочь ему избавиться от этих страданий.

Помочь разобраться в ситуации и справиться с диссонансными энергиями. Это можно

сделать только мирным путем. Обвиняя этого человека, наказывая его, вы ничего не добьётесь.

Ставя барьер вражды между собой и другими, вы и сами погружаетесь во тьму.

Делая шаг навстречу другим с пониманием и любовью, вы создаёте свет и для себя, преодолеваете карму и выходите на высший путь своего развития!

### **Коротко:**

Первая задача. Уйти от самобичевания и самонаказания себя и других.

Вторая задача. Научитесь доносить до людей их ошибки спокойно, без агрессии. Используйте критику + - +.

Третья задача. Научиться слышать и понимать других людей. Полное принятие людей и безусловная любовь. Используйте упражнение «Презумпция невиновности...»

Ваша миссия – уничтожать зло, в первую очередь в себе. Но вспомните, что самая мощная сила, трансформирующая зло – это любовь! Вы можете открыть её источник в себе. Вы можете превратить её в созидательную силу. Пусть вашим оружием будет любовь, а не зло, созидательная, а не разрушающая сила. В таком случае вы выйдете на высший путь вашего развития. Ваша Сила – для освобождения от тьмы – высшая безусловная любовь! И тогда вы получите шанс с честью выполнить вашу высшую миссию. **Ставить большие цели, большие задачи и масштабные свершения**.<sup>42</sup>

### **Лунные циклы**

#### **Луна в Скорпионе**

«В дни Скорпиона наиболее уязвимы половые органы. Их нельзя оперировать. Также рекомендуется отказаться от секса, особенно если вы имеете проблемы с половой системой.

При Луне в Скорпионе возможны обострение геморроя, запоры. В эти дни противопоказана острая пища. Сейчас подходящий период для лечения эндокринной системы (кроме предстательной железы), верхних дыхательных путей.

Благоприятное время для лечения аденоидов, гайморита, удаления гланд. Хорошо в дни Скорпиона поддаются терапии такие заболевания, как гайморит, насморк, ринит, зубы, заболевания эндокринной системы.

---

<sup>42</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва: 2014.

При Луне в знаке Скорпиона, особенно если на улице прохладно, необходимо теплее одеваться. Нужно избегать и резких перепадов температуры. Противопоказано в дни Скорпиона много лежать и сидеть. Беременным женщинам в указанные дни нельзя допускать даже лёгких физических нагрузок.

В дни Скорпиона организму полезны углеводы. Их много в сладких и мучных блюдах – в эти дни они хороши, если у вас нет индивидуальных противопоказаний».<sup>43</sup>

### **Юпитер (Стрелец) «Просветитель»**

***Прохождение Солнцем знака Стрельца: 23 ноября - 21 декабря***

**«Ты тот, кто несёт на Землю законы Духа»**

#### **Заболевания по Юпитеру (Стрелец)**

До 63 лет Точка Жизни проходит Стрелец (Юпитер). В этот период возможны заболевания печени, гипертония, рост тканей (опухоли), ишиас, скопление жидкостей, полнокровие и избыточный вес. Болезни печени (гепатит, холецистит, дискинезия) и лёгких (плеврит, крупозное воспаление лёгких). Бёдра, ягодицы, ступни, поджелудочная железа. Обоняние. Нижняя часть таза, крестец, ягодицы, бедра, циркуляция крови (артериальная кровь). Артериальная система. Атеросклерозы. Болезни крови. Кровью управляют несколько планет. Кровяное давление связано с Солнцем. Если вся кровеносная система приходит в негодность, то это означает, что все эти планеты находятся в плохих аспектах. Такой гороскоп был у австрийского поэта Рилла, который умер от тяжёлого заболевания крови, у него кровь была жёлтого цвета). Если есть серьёзные «проблемы» с кровью, человек упорно отклоняется от своего предназначения.

«Предрасположенность к патологическим состояниям: болезни как результат перенапряжения или излишеств. Заболевания печени (цирроз, гепатит) и жёлчного пузыря. Область таза и бёдер легко подвержена травмам. Возможны нарушения состава крови и кровообращения. Опасность тромбов, тромбоэмболии и эмболии. Могут быть ревматические или подагрические процессы в тазобедренных суставах. Высока вероятность возникновения

---

<sup>43</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

ишиаса, ревматизма, болей в мышцах и тазобедренных суставах, неврита бедренного сустава.

Возможны септические состояния. Холециститы безкаменные. Общее нарушение биологического равновесия, эндокринные сдвиги. Уязвимы кровь и лимфа. Нарушение функции нервной системы, что провоцирует нервные состояния. Болезни легких, бронхов после стрессового состояния. Бронхиальная астма. Дисторзии и гиперлюксация суставов и связок. Гангрена, ангина, сыпь различной этиологии. Нарушения липидного обмена.

Расстройства вегетативной нервной системы. Внутренние кровотечения».<sup>44</sup>

**Юпитер (Стрелец)** отвечает за взгляды, убеждения, влияние, авторитет, слава, почести, ключ к культурным ценностям. Юпитер — это наше мировоззрение: политические взгляды, жизненная философия, религия. Это наш социальный статус, наша профессия. В то же время Юпитер — это общепринятая система ценностей. Это нормы общества».<sup>45</sup>

**Духовные болезни:** гордыня и тщеславие; авторитарность и диктаторство; позёрство; легкомысленный; авантюризм; склонность к неоправданному риску, опасным и иногда противозаконным поступкам. Непоследовательны, взбалмошны. Могут мгновенно менять взгляды и убеждения, перескакивать от увлечения к увлечению, без видимых причин срывать с места и совершать непредсказуемые поступки. Очень часто распыляет свои силы на множество дел и увлечений, в итоге ни в чём не получает значимого результата. Излишняя прямолинейность. Непостоянство характера: они могут быть то робкими, то чрезвычайно смелыми, то уверенными, то осторожными, то раскованными и воодушевлёнными, то сдержанными, и сами не способны контролировать эти перепады своих проявлений.

Склонны к мятежу по любому поводу, способны прибегать к эпатажу, чтобы только выделиться из толпы. Самолюбование, мания величия, хвастовство. Высокомерие, самонадеянность. Не знают меры в стремлении к удовольствиям. Отличается пренебрежением к материальному, отсюда отсутствие порядка, хаос во всём, что касается материальной стороны жизни. (Развивать обратную сторону медали).

### **Развивать:**

1. Найти свой путь и идти по своему предназначению.
2. Быть увлечённым, многим и разным, но в последовательности. Освоил одно, переходить к другому.

---

<sup>44</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

<sup>45</sup> Е. Саликова «Астрология для начинающих».

3. Менять профессии каждые 5-7 лет или постоянно обновлять свою деятельность.
4. Одиночество противопоказано.
5. Оптимизм и жизнелюбие.
6. Искренность и открытость.
7. Благодетельство и честность.
8. Развивать философский склад ума.
9. Объективно относиться к себе и окружающим.
10. Смелость и решительность.
11. Вырабатывать способность подняться над повседневными заботами и радоваться от выполнения реальных задач.
12. Учиться поддерживать других, нельзя завидовать, ревновать.
13. Уходить от авторитетов в жизни.
14. Показано миссионерское движение и учительствование.

### Эволюционные задачи Юпитера (Стрельца) на это воплощение

#### Первая задача

«Состоит в том, чтобы начать осознавать высшие законы Духа и строить по ним свою жизнь. Иначе огромный дар глобального мышления Стрельца расходуется впустую, а то и во вред ему самому и другим. Его разум устроен так, что он мгновенно выявляет закономерности в том или ином явлении. На что бы он ни посмотрел – он видит, как это устроено и благодаря каким механизмам работает.

И если Стрелец не настроен на постижение высших истин – он начинает тратить свои силы на то, чтобы использовать социальные структуры и своё окружение для своих эгоистических целей. Поскольку он видит скрытые механизмы управления людьми и социумом, то он способен плести интриги, менять ход событий так, как нужно ему, заставлять людей подстраиваться под себя, и хитростью получать своё, часто за счёт других.

Такой Стрелец деградирует. При этом он сам страдает, так как лишает себя возможности того высокого полёта, для которого он создан.

Если же Стрелец обращается к своему собственному Духу и начинает слышать его голос, перед ним открывается та стройная и гармоничная картина мироздания, которую он в глубине души всегда стремился найти. С этого момента его жизнь обретает новый смысл, к нему приходит внутренняя гармония.

Важно только, чтобы процесс познания не заканчивался, и чтобы эти знания не оставались неприменимой к реальности абстракцией. Стрельцу надо стремиться построить свою жизнь

в согласии с высшими законами Духа, и показывать пример этого другим людям.

### **Вторая задача**

Состоит в том, чтобы преодолеть свою самонадеянность и высокомерие.

Даже Стрелец, не пробуждённый в Духе, в глубине души чувствует, что ему открыто более глубокое и широкое понимание происходящего, чем другим людям. Он видит не разрозненные явления, а некую систему, закономерности во всём. Поэтому у него складывается впечатление, что он лучше других людей разбирается в жизни.

Но если у него нет доступа к высшему знанию и законам Духа, это впечатление ложное.

Однако у него возникает чувство собственного превосходства и стремление поучать других.

Из-за этого он способен испортить отношения с множеством людей, которым вовсе не хочется получать непрошенные советы. Большинству людей не нравится, когда кто-то ставит себя выше их и пытается учить.

Если Стрелец пробуждается в Духе и начинает следовать высшей миссии, у него пропадает стремление возвыситься над другими. В этом случае он перестаёт вести себя так, будто только он один всё знает лучше всех на свете. Он начинает понимать, что законы Духа едины для всех людей, и все равны перед этими законами. Он перестаёт навязывать всем свою точку зрения, а вместо этого мудро делится своими знаниями с теми, кто к этому готов, а к остальным проявляет доброту и милосердие, и не презирает их за то, что они ещё не готовы принять высшие истины

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы прекратить гнаться за разнообразием впечатлений и удовольствий.

Если Стрелец не пробуждён в Духе, то его тяга к чему-то неизведанному может превратиться в бессмысленную погоню за новыми ощущениями. Такие Стрельцы бездумно порхают по жизни, словно мотыльки, не в силах на чём-то остановиться и сосредоточиться.

Они меняют профессии, место жительства, партнёров, друзей, с лёгкостью отказываясь от того, что ещё вчера наполняло их жизнь.

Поскольку Стрельцы очень мало зависят от всевозможных условностей, норм морали, правил и законов, по которым живёт общество, то у них практически нет сдерживающего начала. В погоне за удовольствиями и впечатлениями они могут дойти до саморазрушения, а то и до преступления.

Если Стрелец открывает для себя высшие законы, то его жажда неизведанного обретает смысл. Познание законов Духа и внедрение их в жизнь социума способна наполнить его

жизнь так, что жажда удовольствий ради удовольствий будет забыта.

Следование законам Духа приносит ему удовлетворение большее, чем любое самое захватывающее приключение, чем любая авантюра. Потому что теперь он выполняет своё предназначение, и его выдающиеся способности не пропадают зря.

### **Коротко:**

Первая задача. Стрельца состоит в том, чтобы начать осознавать высшие законы Духа и строить по ним свою жизнь.

Вторая задача. Преодолеть свою самонадеянность и высокомерие.

Третья задача. Прекратить гнаться за разнообразием впечатлений и удовольствий. Познание законов Духа и внедрение их в жизнь социума.

Откройте ваш разум – и вы получите всё, что вам нужно знать! Принесите эти знания людям, помогите им построить свою жизнь в согласии с высшими законами – и вы выполните свою высшую миссию.

Вы должны принести на Землю новое законодательство, если хотите, законодательство духовное, Высшее законодательство, по которому живёт вся гармоничная Вселенная.

Включится ли Земля в это сообщество – во многом зависит от вас. И следовать этому законодательству сами!»<sup>46</sup>

### **Лунные циклы**

#### **Луна в Стрельце**

«В дни Стрельца очень чувствительна печень. Нельзя проводить хирургические вмешательства на этом органе. Лунный Стрелец плохо реагирует на острую и жирную пищу.

Также день не подходит для лечения крови и жёлчного пузыря, для переливания крови:

кровеносная система при Луне в Стрельце сильно уязвима. Не рекомендуются в эти дни долгие походы, туризм, пешие прогулки: неожиданно могут возникнуть боли в бёдрах и пояснице. В дни Стрельца благополучно проходит лечение лёгких, благотворно сказываются дыхательные упражнения. В указанный период часто дают о себе знать седалищный нерв, вены и бедра, поскольку в это время погода неустойчива. Часто мучают боли от крестца до бёдер.

---

<sup>46</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва: 2014.

В это время очень полезны различные массажи, которые расслабляют чрезмерно напряженные мускулы бёдер. В дни Стрельца запрещены операции на печени, жёлчном пузыре, бедренных суставах, донорские процедуры.

При Луне в Стрельце организм нуждается в повышенном количестве белка. В такие дни белки наиболее полезны. Хорошо включать в рацион наполовину животные, наполовину растительные белки – нежирное мясо, птицу, яйца, молоко, бобы, крупы».<sup>47</sup>

### **Сатурн (Козерог) «Служитель»**

*Прохождение Солнцем знака Козерога: 22 декабря - 20 января*

**«Ты тот, кто на практике внедряет законы Духа»**

#### **Заболевания по Сатурну (Козерог)**

До 70 лет Точка Жизни проходит знак Козерога (Сатурн), отвечающий за селезёнку, жёлчный пузырь, суставы, колени, связки, хрящи, кожные покровы, костную ткань зубов и весь скелет в целом. Каменные болезни (почечно-каменные, камни в жёлчном пузыре), болезни солевого обмена (суставы, ревматизм, радикулит), разрушение зубов. Гемофилия.

С этим знаком связаны слух, осязание, чувство ритма и времени, слаженная работа всех органов и отложение солей, образование камней, ревматизм, склеротические состояния.

Сопrotивляемость организма снижается, болезни возникают от переохлаждения, неправильного питания, недостатка энергии, кровоснабжения и зашлакованности организма.

Резко снижают жизнеспособность навязчивые состояния, страхи и меланхолия.

«Предрасположенность к патологическим состояниям: причина болезней – изнурительный труд, а также разочарования в жизни, несчастная любовь. Все заболевания имеют тенденцию к вялому хроническому течению. Уязвимые органы – кости, суставы, зубы. Простуда как причина многих заболеваний. Болезни коленных суставов, их тугоподвижность. Склонность к заболеваниям кожи (рожистое воспаление, экземы, лишай) и гнойным процессам на коже – фурункулы, карбункулы, абсцессы. Чесотка, псориаз. Ороговение кожи часто по причине неумеренного использования косметических средств. Спазмы, судороги, нарушения

---

<sup>47</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».



кровообращения, кровоизлияния, потеря зубов. Иногда болезни всего позвоночника, жировая дистрофия печени. Высока вероятность столбняка, поэтому после каждой травмы необходима прививка. Острые воспалительные процессы, артриты. У детей возможна корь и оспа. Имеется склонность к головным болям и нарушению железистого обмена крови. Меланхолия, периоды депрессии и пониженной витальности. Плохое пищеварение. Отложение камней в полых органах, понижение кроветворной функции селезенки. Полиартрит, остеохондроз. Слабость в ногах при ходьбе».<sup>48</sup>

**Сатурн (Козерог).** Отвечает за организацию, дисциплину, порядок, начальник, отец; ключ к способностям, дисциплине и терпению. «Суровый, сдержанный и холодный Сатурн любит уединение. Нетороплив, вдумчив, неэмоционален. Не терпит разгильдяйства и расточительности. Призывает к чёткости, к созданию собственной системы. Тормозя безумный галоп жизни, Сатурн призывает нас переосмыслить жизненные ценности, выработать собственный взгляд на вещи, навести порядок внутри.

Он вводит в нашу жизнь ограничения. Чтобы преодолеть их, приходится избавляться от лишних энергозатрат. В организме человека Сатурн управляет позвоночником. Ставя преграды на пути, подталкивает нас к созданию железного внутреннего стержня. Сатурн символизирует преклонный возраст, когда человек остаётся с тем, что сам создал, воспитал, наработал».<sup>49</sup>

**Духовные болезни:** уход от ответственности или чрезмерное взятие ответственности на себя. Чрезмерный контроль людей. Нехватка контроля над собой. Отсутствует терпение и выносливость. Мелочность. Жадность. Приземлённость. Излишний материализм.

Злопамятность, неумение прощать, это связано с тем, что они застревают в прошлом и бездействуют в настоящем. Упрямые и категоричны. Догматизм, скептицизм, излишний консерватизм. Это враг не только всего нового, но и того, что ему непонятно или незнакомо.

Консерваторы. Страдает зависимостью от мнения и признания других людей. Чрезмерная серьёзность, он порой даже не умеет смеяться. (Развивать обратную сторону медали).

Пробуждённый в Духе Козерог с годами становится более мягким и лёгким в восприятии жизни, приобретает способность радоваться, играть, шутить.

**Развивать:**

---

<sup>48</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

<sup>49</sup> Е.Саликова «Астрология для начинающих».

1. Нарбатывать броню из позитивного мышления.
2. Относится к жизни легко и с юмором!
3. Выбатывать терпение.
4. Признавать ошибки свои и относится легко к чужим ошибкам без осуждения (Упражнение «Презумпция невиновности личности или плюс 100 к моей карме» ищите в книге «Ключ ко всем дверям» и на сайте «Психология в каждый дом!»)
5. Принятие ответственности и самостоятельных решений. Стать начальником.
6. При чрезмерной ответственности делегировать (снять с себя) полномочия.
7. Самоконтроль. Дисциплина. Ограничивать себя в слабостях, особенно в еде.
8. Развивать уверенность в себе.
9. Уйти от зависимости чужого мнения. Выбатывать стержень в себе.
10. Открыть в себе глубину и нежность чувств. Научится открыто и искренне проявлять чувства. (Упражнение «**Как озвучивать свои ожидания, чувства, эмоции другому человеку?**» ищите на сайте «Психология в каждый дом!»)
11. Принимать спокойно и с благодарностью обратную связь (критику) от Вселенной. Давать экологичную критику другим по формуле + - + (Упражнение ищите на сайте «Психология в каждый дом!»)
12. Признавать авторитеты по социальной лестнице. Уважать начальство. Жене обязательно уважать мужа!
13. Философское отношения к жизни и людям. «Для меня все учителя! Всё плохое сотворил я сам, что ж пенять, вставай и делай».
14. Учиться благодарить людей за мелочи и без требования отдачи. Упражнение «Благодари» (ищите в книге «Ключ ко всем дверям» и на сайте «Психология в каждый дом!»)

### Эволюционные задачи Сатурна (Козерога) на это воплощение

#### Первая задача

«Вырваться из плена материальности. Козерог – самый погружённый в материальность знак, и иногда у него это проявляется в нечувствительности к голосу Духа.

На самом деле услышать голос Духа может любой человек, независимо от зодиакальной принадлежности, но у Козерога может возникать некое внутреннее сопротивление этому. Вы очень реалистичны, порой скептически, вы очень земные, вы практики, и всё, что касается души, чувств, эмоций, а тем более жизни Духа и контакта с Божественными уровнями реальности порой вызывает у вас недоверие, насмешку, а-то и страх.

Вы боитесь оторваться от Земли. Вы боитесь стать какими-то «странными», не от мира сего. Но если вы поставите перед собой задачу не изменять своей природе, не отречься от себя,

то есть оставаться земными и практичными, и вместе с тем делать хотя бы небольшие шаги на пути познания высших законов – вам удастся соблюсти нужное равновесие.

Ищите те системы знаний, которые помогут вам в вашей практической деятельности. Не отказывайтесь от этой деятельности ни в коем случае, но вносите в неё элементы духовного роста и развития.

Читайте книги о духовных законах успеха. Учитесь у тех, кто умеет вносить духовное начало в земные дела. Это ваш путь. Уходить в чистые сферы Духа, в абстрактное знание – не для вас. А вот строить земное и обыденное с учётом законов Духа – как раз ваше дело!

Козерог устроен так, что уже в начале жизни, в юности он может быть слишком серьезным, скучным, как будто уже пожившим, отцветшим, и даже старым. Но если он преодолевает карму и находит свои пути к Духу – он начинает оживать и даже молодеть! Он обретает радость жизни и расцветает. Но для этого надо сделать хотя бы первый шаг из глубин материальности к Духу. А это никогда не поздно.

### **Вторая задача**

Привести к гармонии свою эмоциональную жизнь.

Часто Козерог пытается строить свою жизнь, в том числе и личную, исключительно на чувстве долга, ответственности и следованию общепринятым правилам.

Само по себе это неплохо, но одних этих качеств недостаточно, если игнорируется мир эмоций, чувств, тепло отношений. Без всего этого отношения становятся неживыми, они очень быстро перестают приносить удовлетворение, и потому Козероги часто остаются одинокими – их партнёры и друзья уходят, чтобы в другом месте утолить возникший эмоциональный голод. И, конечно, страдают от собственной эмоциональной скупости и сами Козероги – никакие интеллектуальные занятия не могут заменить мир чувств, от чего плохое настроение становится их постоянным спутником, они могут даже впасть в депрессию.

Ищите и находите то, что приносит вам радость! Начните замечать и ценить ваши чувства, связанные с тем, что вам приятно. Погружайтесь в эти чувства, не бойтесь принять и пережить их.

Интеллектуальная, отстранённая оценка ваших реакций и переживаний не заменит вам живого погружения в чувства. Вы давно забыли, что такое искренний смех? Найдите то, что по-настоящему вас рассмешит, и посмейтесь от души, пусть наедине с собой, - главное, чтобы вам это доставило удовольствие. Вы забыли, когда в последний раз плакали?

Да, Козероги мужественно переносят беды и страдания, они порой не позволяют себе слёз.

Поплачьте для начала над книгой, фильмом, которые вас трогают.

Найдите в себе живые чувства – и смех, и слёзы, они есть у вас, вы просто забыли о них!

Дайте им право на жизнь – и вы поймёте, как это прекрасно: быть живым и чувствовать. Вы лучше поймёте себя, вы примете себя таким, как есть, что позволит вам понять и принять и других, и начать строить с ними по-настоящему тёплые, сердечные отношения.

### **Третья задача**

В том, чтобы перестать зависеть от мнения окружающих и от своего социального статуса.

Часто Козерог слишком ориентирован на внешнее – это связано с его погружённостью в материальное, в недооценке внутренней, духовной жизни. Ценным ему кажется лишь то, что получило положительную оценку извне, и подтверждено статусом, успехом, достижениями, очевидными для всех.

Поначалу это даёт ему удовлетворение, но в итоге может привести к потере себя самого, ведь он начинает делать не то, что нужно ему, а то, что смогут принять и оценить окружающие.

Это зависимость, и очень страшная.

Это потеря свободы – свободы внутренней, свободы Духа. Дух, оказавшийся в тисках чужого мнения, просто не может свободно, открыто и счастливо проявить себя. Соответственно нет счастья в жизни человека, который не следует потребностям собственного Духа.

Попробуйте хотя бы на короткое время мысленно отвернуться от чужого мнения. Используйте для этого силу своего Духа – она у вас есть! Этой силой, этим светом, этой любовью отсекайте свою суть от чужого мнения! И спросите себя: «То, что я сейчас делаю, то, что я имею, то, чего я достиг, - это действительно нужно мне? Это делает меня счастливым? Это приносит мне удовлетворение? Или это нужно, чтобы меня признали? Или я всего лишь хочу таким образом заслужить чью-то любовь и понимание?»

Осознайте, что там, в других, извне, нет того источника любви и понимания, который вам нужен. Чужие источники не дадут вам счастья, не избавят от жажды. Найдите этот источник в себе. Найдите то, что вы любите – для себя, а не для признания со стороны других.

Найдите то, что делает вас счастливым, даже если никто вас не видит и не знает.

Найдите то, что вы на самом деле думаете и чувствуете по разным поводам – найдите своё отношение и восприятие, а не то, «как положено» думать и чувствовать, и не то, как думают и чувствуют по этому поводу другие. Найдите то, что вам близко, понятно, интересно, то, чем вы хотите заниматься. Освободитесь от страха перед чьим-то мнением. И вы станете собой, а значит, станете счастливым.

### **Коротко:**

Первая задача. Вырваться из плена материальности и суеты.

Вторая задача. Привести к гармонии свою эмоциональную жизнь. Проявление позитивных чувств, эмоций. Радоваться каждой минутке жизни. Вам поможет упражнение «Плотность счастья на момент времени».

Третья задача. Перестать зависеть от мнения окружающих и от своего социального статуса.

Кому-то ваша миссия покажется слишком скромной, но она – самая почётная. Да, вы воплощаете то, что открыто другими. Вы реализуете то, что другие принесли на Землю из Божественного дома.

Но вы – практики. Вы – те, кто делает!

Вы не просто исполнители. Ваша задача – всей душой проникнуться теми знаниями, которые вы получили от других, воспринять их как свои, и служить им своим трудом.

Несите эти законы в самые земные, самые конкретные, практические виды деятельности! И пусть другие люди благодаря вам узнают, что строить дома, сеять хлеб, собирать механизмы, продавать другим необходимые им вещи можно тоже по законам Духа!

Вы живёте в самой гуще земной жизни. Не завидуйте тем, кто парит в заоблачных высотах.

Не отрывайтесь от Земли. Вы делаете здесь очень важную работу. Вы выполняете миссию служения Всевышнему, занимаясь самыми земными, обыденными делами.

Вам нужно быть примером для других – и тогда другие будут прислушиваться к вам и уважать вас. Задайтесь вопросами:

*В каких целях вы используете это уважение?*

*Не гонитесь ли вы лишь за престижем, высоким статусом?*

*Помните ли о том, что ваша главная задача – внедрять в материальный мир Высшие законы?*

Задавайте себе эти вопросы. Ставьте перед собой новые цели – цели духовного существа, очень крепко стоящего на Земле. Поднимайтесь по ступеням Духа из самых глубин материи – медленно, но верно. И тогда вы выполните свою почётную миссию».<sup>50</sup>

### **Лунные циклы**

#### **Луна в Козероге**

---

<sup>50</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва: 2014.

«Дни Козерога светлые и прохладные, земля холодная, увеличивается опасность простуды. Запрещены процедуры, связанные с жёлчным пузырём, обменом веществ, кожей. Очень опасно в этот день обращаться к знахарям по поводу вправления костей и лечения позвоночника. Рекомендуются процедуры, связанные с желудком и диафрагмой. Показаны операции на желудке, лечение гастритов, язвенных болезней. Эффективной будет дыхательная практика.

В дни Козерога особенно уязвимы кости. Возрастает опасность переломов. Запрещены все операции на костях, позвоночнике, зубах. При каждом движении колени подвергаются сильной нагрузке, поэтому спортсменам надо быть особенно осторожными.

Летом не загорайте при растущей Луне в Козероге. Эти дни хороши для любой формы ухода за кожей. Благоприятный период для ухода за ногтями на руках и ногах, а также для удаления волос на теле – при убывающей Луне с января по июль; они не будут расти длительное время.

В этот день можно побаловать себя вкусной едой. При Луне в Козероге полезны солёные продукты, в эти дни проявляются лучшие качества соли, что благоприятно для питания крови. Любые питательные вещества, попадающие из продуктов синего цвета, будут активно приняты организмом и переработаны ему на пользу. Сюда относятся черника, голубика, чёрная смородина, ежевика, чернослив, баклажаны, тёмные сорта винограда и изюма».<sup>51</sup>

### **Уран (Водолей) «Вдохновитель»**

*Прохождение Солнцем знака Водолея: 21 января - 20 февраля*

**«Ты тот, кто определяет будущее Земли»**

#### **Заболевания по Урану (Водолей)**

С 70 до 77 лет Точка Жизни проходит Водолей (Уран), отвечающий за лодыжки, кровеносные сосуды. Высшая нервная деятельность (эндокринные железы мозга гипофиз, эпифиз спинной мозг, мозжечок, продолговатый мозг, синапсы). Нервная система, вестибулярный аппарат.

Болезни этого знака носят спазматический характер: это неврозы, паркинсонизм, варикозные расширения вен, трофические язвы, нервные тики. Вегетоинсульты, вегетоневрозы.

Ритмические системы (пульс, дыхание, перистальтика). Инсульты. Инфаркты. Электрический

---

<sup>51</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

потенциал человека. Шоки. Травмы. Электротравмы. Двигательные процессы. Органы чувств (глаза, уши). Лодыжки ног, кости нижних конечностей (варикоз).

«Предрасположенность к патологическим состояниям: опасность переутомления нервной системы. Повышенная активность, длительное напряжение, переоценка своих физических возможностей, частые недосыпания могут привести к неожиданным психическим расстройствам и болезням (истерические реакции и внезапные невралгические боли по всему телу, беспокойный сон). Склонность к истерии, которая может перейти в физические недуги.

Характерны ночные кошмары, судороги икроножных мышц, боли по ходу седалищного или бедренного нерва, особенно в области голени, тромбофлебит. Высока чувствительность к электромагнитным излучениям. Нарушения циркуляции крови в нижних конечностях, слабость связочного аппарата и частые растяжения в области голеностопных суставов. Болезни глаз. Склонность к спазмам сосудов, летучим невралгиям (в области голени) и аллергиям. Простудные и аллергические заболевания. Наркомания и алкоголизм. Парезы и параличи. Варикозное расширение вен, аневризма подколенной артерии. Вегетососудистая дистония. Заболевания крови (гемофилия)».<sup>52</sup>

**Уран (Водолей)** требует от человека изменений в жизни, найти ключ к свободе выражения. «Уран непредсказуем, спонтанен и необычен. Полон неожиданности, случайностей.

Революции и перевороты как раз по его части. Принцип этой планеты хорошо отражает лозунг: «Свобода! Равенство! Братство!». Все люди для него — братья.

Уран несёт перемены, обновление. Если Луна меняет эмоциональное состояние или габариты тела, то Уран камня на камне не оставляет. Он сметает старые, отжившие своё конструкции (круг общения, манеры поведения, мышление и т. д.), а на освободившемся месте возводит нечто принципиально новое. Бывает, правда, разрушить старое запала хватает, а создать новое сил (ответственности, ума, выдержки) не остаётся.

Так и живёт безалаберная ураническая личность: перебирается с одних обломков на другие. Резко меняя нашу жизнь, Уран как никто другой умеет ввергать нас в стресс. Это не апатия, когда не хочется даже шевелиться (Марс), это не меланхолия (Луна), это не потеря самоидентификации (Солнце), это нервная дрожь, когда тебя словно током бьёт, когда руки трясутся, когда не знаешь, что делать, за что хвататься и как успокоиться.

**Проработанный Уран — планета людей, свободных от стереотипов.** Она позволяет

---

<sup>52</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

перешагивать через общепринятые стандарты, мыслить независимо. Уран объединяет людей по интересам – единомышленники. Он покровительствует всем неформальным организациям.

Уран — настоящий друг. Меркурий управляет знакомыми, приятелями, соседями, родственниками — людьми, с которыми мы часто контактируем. Уран управляет настоящими друзьями, людьми, близкими нам по духу. С настоящим другом — и в бой, и в разведку без страха! Уран — озарение. Кстати, молнии тоже идут под Ураном».<sup>53</sup>

**Духовные болезни:** отличается пассивностью, покорностью судьбе. Вяло плывет по течению, не видя ни смысла, ни цели своего существования. Перепады настроения, эмоциональная неустойчивость, склонность к пессимизму. Часто испытывает разочарование в людях и в жизни. Неуверенность в себе. Не имея цели и смысла в жизни, и все его идеи, таланты и способности кажутся ему никчёмными, неуместными, никому не нужными. Часто находится в состоянии постоянного нервного напряжения. Он раздражителен, склонен к вспышкам гнева, хотя в целом не производит впечатления эмоционального человека.

Скрытые претензии на собственную исключительность. Он втайне мечтает о славе и признании, о том, чтобы оказаться в центре внимания, жаждет похвалы и одобрения, из-за этого не переносит ни малейшей критики или несогласия с ним. Может поддаться хаосу и анархии своих мыслей, от чего становится склонен к бессмысленным, необдуманым, нелепым или безумным поступкам. Подвержен иллюзиям. Он не желает знать реальности, не хочет посмотреть в глаза правде о самом себе и о своей жизни, а потому не понимает своих реальных возможностей, и ставит недостижимые для себя цели, стремится к тому, что ему недоступно. Результат – постоянно преследующее его чувство краха, неудачи, провала.

Подвержен влияниям и склонен внезапно менять свои принципы на прямо противоположные. Обидчивость, болезненная чувствительность свойственна Водолею, если он не нашёл свою высшую миссию, и его дары остаются нереализованными. Это типичный «непризнанный гений».

Часто возникает чувство собственной слабости, беспомощности. Он легко сдаётся перед трудностями и не видит способа реализовать себя и свои идеи. Эмоциональная холодность, отстранённость от мира. В глубине души он чувствителен, но при этом склонен жить лишь интеллектом и не осознаёт важной роли чувств.

Не способен к позитивной самореализации, а потому ради самоутверждения может начать

---

<sup>53</sup> Е. Саликова «Астрология для начинающих».



противопоставлять себя обществу, другим людям, демонстрирует свою обособленность, не желает доносить свои мысли и идеи понятным языком. Ему свойственны неоправданные ожидания, что другие должны их понимать без объяснений, что приводит лишь к разочарованиям. Пустая мечтательность и витание в облаках, не умеет переходить от идей к делу, а потому остаётся нереализованным.

### **Развивать:**

1. Позитивное мышление.
2. Ставить высокие цели и достигать их.
3. Мыслить нестандартно, уходить от шаблонных стереотипов мышления!
4. Внутренняя свобода, не приступая чужой свободы.
5. Равенство в отношениях.
6. Подвижности, интуиции, возбудимости, оригинальности эксцентричности.
7. Склонность к экспериментированию и реформам.
8. Уходить от пассивности и стандартности мышления и действий в жизни.
9. Уран требует от нас постоянного обновления отношений между близкими, не давая заикнуться на отработанных формулах, удобных для спокойной жизни.
10. Проработать обидчивость и болезненную чувствительность через принятие мира и людей.
11. Развивать такт, дружелюбие и заботу о близких.
12. Человек должен спокойно относиться к нововведениям в жизни и реформам. Сам себе устраивать новое в жизни, не ждать, когда жизнь заставит. Застой противопоказан.
13. Начать противопоставлять себя обществу в новых и светлых идеях.
14. Уходить от контроля людей. Давать больше свободы их действиям.
15. Признавать ошибки. Убрать упрямство.
16. Включать голову вначале, сосчитать до 10, прежде чем действовать.
17. Больше думать и просчитывать наперёд. Осмысленный подход к «проблеме», перевести её в задачу.
18. Развивать интуицию. Наладить связь с ангелами-хранителями.
19. Необходимо учиться жертвовать логикой ради свободы, освобождаясь от сатурнианского закона ради уранического обновления.
20. Нужно уметь вовремя и адекватно ориентироваться в переломных ситуациях и быть способным воспользоваться неожиданно открывающимися возможностями... не дёргаться в критических ситуациях, не брыкаться и не отказываться от движения вперёд.
21. Освоение ускоренных ритмов психологического времени.
22. Не требовать от детей и близких и себя, ранних успехов!

**Эволюционные задачи Урана (Водолея) на это воплощение**

### **Первая задача**

Состоит в том, чтобы научиться доносить свои идеи до других людей на понятном им языке, или, иначе, найти общий язык с другими людьми.

Водолеи очень часто опережают своё время, а также острее других людей чувствуют свою связь с Духом. Поэтому их представления о реальности, их идеи и идеалы, те правила жизни, которые кажутся им истинными, очень часто не разделяются или не вполне понимаются другими людьми.

От этого Водолеи начинают чувствовать свою отчуждённость от людей, и могут разочаровываться и в людях, и в жизни. Их пессимизм, а подчас и депрессия вплоть до нежелания жить связаны именно с этой своей отчуждённостью. Чтобы преодолеть её, Водолею надо осознать: да, он носитель новых, ещё не понятных людям истин, но его задача – не в том, чтобы уйти в свою раковину и надеть маску непонятого гения, а в том, чтобы помочь людям в постижении этих истин.

**Для этого надо сделать первый шаг навстречу людям, попытаться понять их – понять тот язык, который может быть ими воспринят, и «переложить» свои идеи на этот язык.**

Высокомерие Водолея часто мешает это сделать – он считает, что люди и так должны постараться понять его, даже если он будет вещать с заоблачных вершин, где его никто не видит и не слышит. Надо сбросить с себя маску гордыни и высокомерия, спуститься с вершины к людям, и освоить их язык.

Не бойтесь, что ваши идеи от этого пострадают: стать понятнее и доступнее – вовсе не обязательно означает стать примитивнее. Вы можете жить в двух мирах – мире Духа и мире людей. Станьте «переводчиком», налаживающим понимание между этими двумя мирами. У вас это обязательно получится.

Но для этого вы должны понять, что ваши идеи не являются вашей собственностью. Они – достояние людей, просто данное через вас. Эти идеи пришли из Божественных миров.

Следовательно, вы должны ими поделиться, и вам дана высокая миссия найти ту форму, в какой эти идеи можно донести.

### **Вторая задача**

Состоит в том, чтобы научиться практическим действиям.

Живущий в мире идей Водолей очень часто оказывается далёким от практического их воплощения. Он ждёт, что кто-то другой поймёт эти идеи и воплотит, но эти ожидания чаще всего оказываются тщетными. Водолей сам должен сделать шаг от своих идей к пониманию

их другими, а затем к их реальному воплощению.

Подумайте о том, что вы всю жизнь собирались сделать, сказать, создать, но так и не решились. Решайтесь на это, и чем скорее, тем лучше. Начните хотя бы с того, что запишите свои мысли – те, которые вам кажутся наиболее важными и интересными. Затем подумайте, как то же самое можно написать другим языком, более понятным и доступным, и сделайте это. А может, вы хотите выразить себя в рисунке, графике, или другом символическом языке?

Водолею очень близки языки знаков и символов. **Он умеет их понимать и пользоваться ими. Используйте любой язык, чтобы выразить свои идеи. Это уже будет означать переход от идей к практике. Покажите или расскажите то, что у вас получилось, другим людям. Прислушайтесь к их мнению.**

Не спешите отрицать даже то, с чем вы не согласны. Научитесь не обижаться на критику – она неизбежна, когда вы обнаружите свои мысли, идеи или творения. Помните, что все без исключения не могут безоговорочно принять то, что вы делаете, что близко и понятно вам.

Но вы обязательно найдёте единомышленников. Пусть их будет немного, но вместе вы уже сможете сделать что-то реальное, практическое, на основе близких вам идей.

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы навести порядок в своей жизни, избавиться от склонности к анархии и хаосу.

Не отработавший карму и не нашедший высшей цели Водолей очень часто мечется по жизни безо всякого плана и смысла. Он чувствует себя непонятым, в некотором роде изгоем, и чтобы самоутвердиться и хоть как-то проявить себя, начинает совершать бессмысленные, хаотичные, а то и безумные поступки. У него нет чётких убеждений, он не выработал свою систему ценностей, у него, по сути, нет сдерживающих его тормозов, и потому он может поддаться какому-то мгновенному порыву, настроению, и сделать что-то разрушительное, а то и непоправимое, в том числе и с самим собой.

Только мощный внутренний духовный стержень избавит от таких, порой роковых метаний.

Хаос в вашей жизни и в вашей душе прекратится, если вы будете твёрдо знать свою цель и миссию. Тогда у вас не будет проблем с самореализацией. Вы найдёте доступную и понятную другим форму проявления себя в материальном мире.

Благодаря этому у вас пропадёт желание выделиться любой ценой, пусть и ценой безумия или вреда для самого себя. Вы сможете выработать свою собственную систему ценностей, которых вам так не хватало. У вас появится внутренняя опора, уверенность в себе, и твёрдое

понимание себя самого, своих возможностей, способностей, а также целей и задач.

### **Коротко:**

Первая задача. Научиться доносить свои идеи до других людей на понятном им языке, т.е. найти общий язык с другими людьми.

Вторая задача Водолея состоит в том, чтобы научиться практическим действиям.

Третья задача. Выстроить в себе мощный внутренний духовный стержень. Навести порядок в своей жизни, избавиться от склонности к анархии и хаосу. Найти смысл своей жизни и составить план, как его достичь.

Ваша задача в том, чтобы нести на Землю новые идеи, время которых уже должно вот-вот подойти!

Ваша задача ещё и в том, чтобы помогать людям в освоении этих идей. Вы вдохновляете человечество на то, чтобы делать шаги вперед – вперед и вверх, к своей духовной родине, к Божественному дому, к раю на Земле. Вы тот, кто активно несёт всё высокое и духовное на Землю. Вы напоминаете людям об их духовной природе, и помогаете активно эту природу проявлять. Ваша задача – нести силы Духа на Землю, и не просто на Землю, а конкретно в сознание людей.

Вы не только работаете во имя прекрасного будущего – вы определяете и решаете, каким будет это будущее. Продолжайте свой прекрасный труд, осуществляйте свою прекрасную миссию, верьте в себя и свои силы, и вы проживете прекрасную жизнь».<sup>54</sup>

### **Лунные циклы**

#### **Луна в Водолее**

«При Луне противопоказаны операции на суставах. Не рекомендуется в это время лечить ноги, нервную систему, артриты, болезни ушей, глаз. Нельзя проводить воздушные процедуры. Очень хорошее время для водного лечения: в дни Водолея вода оказывает сильное влияние на организм. В указанный период не страшна нагрузка на сердце и сосудистую систему, если только к тому нет индивидуальных противопоказаний. Хорошее время для занятий физкультурой, фитнесом, аэробикой.

Не рекомендуется проводить операции в полости рта при растущей Луне в Весах.

---

<sup>54</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва; 2014.

В дни Водолея организм нуждается в жирах. Можно есть мясо, молоко, сыр, но преимущественно это должны быть жиры растительного происхождения, которые в необходимом количестве содержатся в орехах и растительном масле».<sup>55</sup>

### Нептун (Рыбы) «Исцелитель»

*Прохождение Солнцем знака Рыб: 21 февраля – 20 марта*

**«Ты тот, кто помогает человечеству освободиться от кармы»**

#### **Заболевания по Нептуну (Рыбы)**

Последний семилетний цикл связан с прохождением знака Рыб (Нептун). Этот знак отвечает за ступни ног, нервную, лимфатическую и иммунную системы, биохимические процессы, генетику, состояние крови. Болезни возникают от отравления организма и нарушения обмена.

Болезни разнообразные и плохо диагностируемые, так как управитель — Нептун. Типичны отеки, грибковые заболевания, доброкачественные и злокачественные опухоли, нервные и психосоматические болезни.

Психические болезни. Коматозные состояния. Болезни эндокринной системы. Железистая ткань (железы внутренней секреции). Химические процессы в плазме крови и лимфы.

Тяжелые дистрофические необратимые процессы и опухоли. Восприимчивость к лекарственным и химическим препаратам. Отравления любого происхождения. Хронические инфекции. При пораженном Нептуне все химические препараты должны применяться осторожно, так как это может привести к сильной интоксикации организма.

«Предрасположенность к патологическим состояниям: нарушения лимфотока после эмоционального перенапряжения, физического переутомления, что затрудняет вынос продуктов обмена, вирусов, бактерий, токсических веществ. Засорение организма шлаками, что провоцирует заболевания кожи (экзема, грибковые поражения, псориаз) и нервные расстройства (нарушение сна, навязчивые идеи и фобии). Общая слабость, вялость, снижение эмоционального восприятия жизни. Ранимость, уязвимость, восприимчивость. Склонность к аллергиям. Повышенная чувствительность и болезненное привыкание к лекарственным препаратам (седативные, снотворные), к алкоголю, наркотикам, токсическим веществам, курению. Отравления, появление отёков, водянки, застойных процессов, цирроза печени.

---

<sup>55</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

Вероятность заболеваний эндокринной системы и стоп (опухоли, бородавки, мозоли, деформация стопы, плоскостопие). Нарушения кроветворной и очистительной функций печени, что ведёт к зашлаковыванию всего организма. Анемичные состояния, нарушения кровообращения голени и ступни, ведущие к спазмам и судорогам пальцев стоп (чаще при ходьбе), повышенной чувствительности к сырости и охлаждению стоп, болезненным мозолям. Простудные и инфекционные заболевания. Нервные и психические расстройства. Невралгии, неврастения, неврозы и психопатии. Галлюцинации и бессонница. Психическая неустойчивость».<sup>56</sup>

**Нептун (Рыба)** – это ключ к подсознательному разуму. Внушение, воображение, тонкая чувствительность, сострадание. «Тонкий, загадочный, едва уловимый. Как сон, полон символизма. Необъятен, как океан. Это самые тонкие струны нашей души. Нептун — невыразимо глубокие, охватывающие всё существо, безоговорочные, непонятно откуда и почему возникшие чувства, которые настолько сильны, что слёзы накатывают на глаза, настолько высоки, что неловко говорить о них всуе. Высшая Божественная любовь. Не каждый человек способен испытать такие эмоции. Религия, вера — всё это Нептун. Эта планета даёт возможность перехода в другую реальность (медиумы, ясновидящие, мистики) или создаёт видимость перехода (наркотики, алкоголь, психические расстройства). Подопечные Нептуна — люди не от мира сего. И это понятно: тяжело совладать с необычными ощущениями и способностями, даруемыми этой загадочной планетой. Большинство одарённых не справляются и ... сходят с ума, спиваются. Нептун — создатель тайн, недосказанности, неуловимости. О человеке Нептуна обычно никто ничего толком не знает. Каждый человек ежедневно погружается в царство Нептуна во сне. Нептун несёт ночные кошмары, странные, необъяснимые фобии, иллюзии, галлюцинации. Кстати, мир кино тоже управляется Нептуном (иллюзия реальности, другой мир). Нептун управляет снотворными препаратами, ядами, специфическими жидкостями (просто жидкость — это Луна; алкогольный напиток, целебная настойка, яд — это уже Нептун)».<sup>57</sup>

**Духовные болезни:** безволие; пассивность; склонны к разного рода зависимостям; склонны

---

<sup>56</sup> Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

<sup>57</sup> Е. Саликова «Астрология для начинающих».

к пессимизму; низкий уровень энергии, идеализм; пустая мечтательность, испытывают чувство потерянности одиночества и непонимания, им кажется, что они чужие среди людей. Психология жертвы. Склонны к всевозможным хитростям, интригам, обману. Становятся робкими и запуганными. Повышенная тревожность, беспокойство, нервозность, раздражительность. Несобранность, склонность разбрасываться. Неумение ставить цели и достигать их. Нередко Рыбы на низших уровнях своего развития склонны манипулировать другими.

### **Развивать:**

1. Позитивнее мышление.
2. Проработать в себе жертву (Упражнение «Не играю в жертву» ищите на сайте «Психология в каждый дом!»)
3. Выходить из иллюзий и фантазий в реальность.
4. Избавляться от зависимостей любого рода (табак, алкоголь, наркотики, игры).
5. Силу воли и стержень внутри.
6. Уравновешенность и такт.
7. Не искать идеалов, искать его в себе, через какую либо деятельность, повышать свою уверенность и значимость через профессионализм в какой-то деятельности.
8. Искренне сочувствовать людям, проявлять понимание. Развивать эмпатию – глубокое понимание чувств, мыслей, переживаний, мотивов поведения людей (Упражнение «Эмпатия» ищите на сайте «Психология в каждый дом!»)
9. Помогать другим людям (волонтерство).
10. Развивать интуицию и больше ей доверять.
11. Быть честным с людьми. Обман противопоказан!
12. Преданность и верность в любых проявлениях.
13. Научиться отказывать и говорить НЕТ. (Упражнение «Вежливый отказ!» ищите на сайте «Психология в каждый дом!»)
14. Проговаривать сразу то, что держите внутри.
15. Не изображать из себя то, чем не являетесь на самом деле.
16. Развивать творческое мышление или научное, больше логики и анализа.
17. Реалистичный подход к жизни.
18. Работу искать связанную с иллюзионизмом (кино, искусство, театр, психология, гипноз, парапсихология).

### **Эволюционные задачи Нептуна (Рыбы) на это воплощение**

#### **Первая задача**

«Состоит в том, чтобы обрести своё собственное «Я», выработать внутренний духовный стержень, определить и научиться удерживать границы своей личности.

Рыбы слишком «размыты», и это связано с тем, что им дано понять всех людей, и для всех в их душе найдётся место. Но от этого они могут потерять сами себя, превратиться в хамелеонов, которые подстраиваются под окружение, сливаются с ним.

Многим Рыбам нравится растворяться в других, они получают от этого удовольствие, в них сидит вечная жажда кому-нибудь подчиниться. Но в итоге они получают негативные последствия в виде болезненных зависимостей от других людей. В таком случае Рыбы начинают чувствовать себя жертвой людей и обстоятельств, чем привлекают к себе разного рода тиранов и мучителей, и в итоге становятся несчастными, страдают.

Рыбам труднее, чем другим знакам, определить, что для них хорошо, а что плохо, что вредно, а что полезно. Они в некотором роде «всеядны», способны принять всё, не отвергают для себя никакой опыт и никакие эмоции.

Однако им необходимо учиться отделять плохое от хорошего, вредное от полезного. Только тогда они научатся говорить «да» хорошему, и «нет» плохому. Словом «нет» как раз и определяются границы личности. Сказав чему-то «нет», Рыбы уже не впустят это в себя, а значит, научатся строить и сохранять себя как личность, не позволять другим пользоваться собой, перестанут быть идеальной жертвой, на которую всегда найдётся палач и гонитель.

И, конечно, для выработки духовного стержня и обретения цели, определённости, чёткой направленности своего жизненного пути Рыбам необходимо определиться со своими ценностями, решить, каким силам они служат. Если они выбирают путь Духа, путь служения высшему Божественному началу в себе, их уже трудно сбить с выбранной дороги, они становятся гораздо сильнее и увереннее в себе.

### **Вторая задача**

Состоит в том, чтобы преодолеть свойственный им отрыв от действительности.

Непробуждённые Рыбы часто плавают в тумане иллюзий, они не знают ни себя, ни жизни, мечтают о недостижимом, а при столкновении с реальностью ещё глубже уходят в себя, предпочитают оставаться в уединении, считать себя каким-то не такими, чужими на Земле, и вообще не иметь дела с людьми, а также с практической стороной жизни.

Эта неправильная позиция, которая может быть саморазрушительной для Рыб, так как в итоге они приходят к тупику, к потере смысла жизни, и полной невозможности хоть как-то выразить себя во внешнем мире.

Рыбы умеют глубоко погружаться в иные реальности, получать информацию непосредственно с тонких планов бытия, но иногда они застревают там, теряют ориентацию



и забывают о своей земной миссии. Им нужно научиться различать, где иллюзии, а где подлинная информация, которая может быть важна и полезна для Земли и людей. Тогда они смогут нести на Землю действительно важные знания.

Рыбы – самый одухотворенный знак Зодиака, поэтому им трудно бывает принять земную жизнь и реальность. Но им надо вспомнить, что они являются двунаправленным каналом приёма-передачи информации. И чтобы принимаемая ими информация пошла во благо хотя бы им самим, им необходимо повернуться лицом к земной жизни, научиться простым земным делам, стать более реалистичными, практичными, начать получать удовольствие от каждодневных, обычных, бытовых занятий, увидев и в них красоту и возможности для проявления Духа.

### **Третья задача**

Состоит в том, чтобы научиться быть собой, просто и ясно выражать себя, свои мысли и чувства.

Рыбам свойственна скрытность и некий страх перед самовыражением, они сами не всегда понимают себя и боятся быть непонятыми другими. От этого их попытки выразить себя бывают иногда слишком сложными, запутанными – таким образом они больше скрывают, чем выражают себя.

Рыбы склонны выражаться при помощи языка символов, намёков, иносказаний, и это свойство говорит о том, что они способны понимать самые разные языки Вселенной. Но язык непосредственного выражения собственных чувств часто остаётся для Рыб недоступным. От этого они остаются не понимаемыми окружающими, и страдают сами, так как чувствуют, что хотели сказать одно, а получилось другое. Рыбам надо научиться осознавать себя, свои чувства, реакции, внешние проявления.

Им надо задавать себе вопросы:

*Какой я?*

*Что я люблю?*

*Что мне нравится, а что нет?*

*От чего я получаю удовольствие?*

*Что меня расстраивает?*

*От чего мне бывает весело, а от чего грустно?*

*Как проявляется моя весёлость, а как грусть?*

*Как проявляется моя любовь, а как – неприязнь ?*

*Как проявляется моя активность, а как – пассивность?*

*и т. д.*

Далее Рыбам надо учиться проявлять чувства так, как они есть. Следите за своими реакциями. Стремитесь к тому, чтобы внешне проявлялось именно то, что вы чувствуете, а не что-то другое. Говорите «да» только тогда, когда хотите сказать «да», и «нет» - именно тогда, когда хотите сказать «нет».

Пробуждённым в Духе Рыбам гораздо легче стать самими собой. Они постепенно уходят от своей прирождённой искусственности, вычурности в поведении, и с годами становятся проще, понятнее, легче в общении и адекватнее в самовыражении. Это и есть процесс отработки кармы.<sup>58</sup>

### **Коротко:**

Задача. Обрести своё собственное «Я», выработать внутренний духовный стержень, определить и научиться удерживать границы своей личности. Необходимо определиться со своими ценностями, решить, каким силам они служат.

Задача. Принять земную жизнь и реальность. Больше пребывать в настоящей реальности, уходить от чрезмерных фантазий.

Задача. Научиться быть собой, просто и ясно выражать себя, свои мысли и чувства. Сразу озвучивать свои ожидания от людей».

## **Лунные циклы**

### **Луна в Рыбах**

«В дни Рыб сильно уязвима кожа. Необходимо отказаться от пластических и косметических операций, глубоких пилингов, пробы новой косметики. Высок риск аллергии, появления раздражений. Проводя глубокое очищение кожи, важно избежать повреждений, микротравм, зуда, шелушения. Чтобы этого не было, делайте пилинг при убывающей Луне (кроме дней Рыб), откажитесь от таких процедур при растущей Луне в этом же знаке.

При нахождении Луны в Рыбах противопоказаны операции на глазах, ушах, ногах, печени, почках. Также не рекомендуется в это время массаж ног, водные процедуры, приём лекарственных (особенно сильнодействующих) препаратов. Рыбы наделяют организм

---

<sup>58</sup> Крайон «Послания счастья для каждого знака зодиака»: АСТ: Москва: 2014.

высокой чувствительностью, поэтому в эти дни по возможности не стоит проводить никаких операций.

При Луне в Рыбах нельзя давать большую нагрузку ногам. Сегодня особенно важно носить лёгкую, мягкую и удобную обувь. Очень высок риск получения грибкового заболевания, поэтому избегайте ходить босиком, примерять обувь в магазинах. Нельзя в эти дни удалять мозоли.

В дни Рыб категорически противопоказано много пить. От спиртного, даже в малых дозах, необходимо отказаться. В противном случае возможны отёки, отравление, повышается нагрузка на почки. В эти дни люди особенно быстро пьянеют даже от одной рюмки, и привести себя в норму можно будет лишь через сутки.

В указанные дни организму полезны углеводы. Их много в сладких и мучных блюдах – в эти дни они хороши, если у вас нет индивидуальных противопоказаний или вы не сидите на диете без мучного и сладкого».<sup>59</sup>

Кому интересно изучить вопрос, как наладить здоровье с помощью Астрологии, тем рекомендую очень простую и лёгкую книгу «12 знаков Зодиака — 12 программ здоровья», авторы Татьяна Юрьевна Клипина, Юлия Николаевна Улыбина, Дмитрий Алексеевич Никулин, Кристина Андреевна Талимина, Варвара Игоревна Иванова.

### **Внимание!**

Полный каталог «Психосоматика по звёздам ищите на моём сайте «Мир души».

### **Узнай свои грабли**

Немного юмора из интернета. Народная мудрость гласит: «Наступил на грабли первый раз — порадуйся новому опыту. Споткнулся о старые — задумайся о своём пути». Но разные знаки Зодиака предпочитают наступать на грабли по-своему. Жизненное юмористическое и очень точное психологическое наблюдение. Наступив на грабли:

**Овен:** придёт в такую ярость, что сломает их, но в процессе получит ими ещё раз 5 по голове.

**Телец:** будет наступать на грабли снова и снова, пока они не сломаются.

**Близнецы:** смогут решить, куда им идти, только после того, как понаступают на все грабли.

**Рак:** только наступив на грабли, сможет заставить себя сделать шаг вперед.

---

59 Анастасия Семёнова «Луна и крепкое здоровье».

**Лев:** будет рассказывать всем, как это замечательно, и советовать всем сделать то же самое.

**Дева:** будет наступать на все грабли очень медленно и методично. Уверена: если наступать правильно, всё обойдётся.

**Весы:** будут очень долго сомневаться, приняв единственно верное решение, наступят на самые большие.

**Скорпион:** если и заметит, что это было, то вряд ли об этом задумается.

**Стрелец:** обязательно постарается взять реванш и наступит повторно.

**Козерог:** наступив на грабли, поймёт, что он на них наступил, но вряд ли это что-то значит.

**Водолей:** наступит только на те грабли, которые ему приглянулись.

**Рыбы:** будут всю жизнь себя за это винить «Единственное утешение — благодаря им на грабли не наступил кто-то другой».

### Испытания даются нам по силам

*Никто не изготовит замок без ключа,  
также и жизнь не даст «проблемы» без решения.*

*Неизвестный автор.*

Инструкция для всех знаков Зодиака:

1. «Испытания даются нам по силам.
2. Высший мир нас поддерживает.
3. У каждого человека внутри есть то, что его оберегает и подсказывает. Можно назвать эту сущность Ангелом-хранителем своим высшим «Я» или Душой.
4. Нужно стать «справедливым и добрым судьёй самому себе», своим действиям и поступкам.
5. Человек отвечает за всё, что происходит в его жизни: отказываясь от ответственности, ответственность он несёт за свой отказ. Единственный случай, когда Выбора нет: мы отвечаем и за то, что делаем, и за то, чего не делаем.
6. Научиться дать себе «право на ошибку» — это единственный и правильный способ двигаться вперед.
7. Всё, что с нами происходит — всегда своевременно и идёт нам на пользу.
8. Каждая «проблема» — это ЗАДАЧА, шанс взять новую высоту в жизни. Убегать

от решения «проблем» значит лишать себя возможности измениться».<sup>60</sup>

Итого: Убегая от задач, убегаем от уроков, которые Вы сами же и взяли на это воплощение.

Значит, уходим от истинных желаний своей Души! Выпишите для себя из этих напутствий главные и актуальные!

### Второе домашнее задание

Выписать все характеристики (качества личности), что касаются именно Вас из диагностики по планетам (и из других источников в интернете). Таким образом, Вы соберёте о себе краткий портрет. Будет более понятно, в каком направлении копать, т. е. работать над собой. Выпишите все планеты, что соответствуют Вашим заболеваниям. Далее найдите в интернете информацию о планете, за что отвечает, к чему подталкивает человека, к какой работе над собой, на какие качества характера обращает своё внимание, соответственно, Вы узнаете, что подтянуть.

Напомню, что дополнительную информацию о психосоматике Вы можете почерпнуть у Л.

Бурбо, Л. Хей, В. В. Синельникова, а после этого мы попробуем выявить негативные программы по методу Носсрата Пезешкиан. Но самая эффективная и точечная диагностика, конечно, исходя из моего опыта регрессолога<sup>61</sup> — это путешествие в прошлые жизни и Тонкий мир.

**Примечание:** Собирая многочисленную информацию о своём заболевании, человек уже трудится над собой, он вкладывается в себя, растёт, развивается. Глядя на этот процесс, Вселенная и Ваши ангелы-хранители радуются за такую клеточку Космоса. Она хочет стать здоровой, она взяла ответственность за себя, трудится. Какая радость для Высшего начала!

И конечно, Оно обязательно поможет и подскажет, в каком направлении двигаться и где искать нужную информацию. Вселенная обязательно поможет преодолеть все преграды, даст силы и энергию, в том числе и материальные ресурсы. Ведь здоровье всего Организма для Космоса — первая задача, и каждая клеточка для него важна! Высшее начало тут же начинает помогать человеку.

Если Вам недоступен интернет, Вы не понимаете, как искать, как применять знания о планетах, как использовать знания о психосоматике, то просто следуйте тем пошаговым заданиям, которые изложены ниже. Без выяснения причин заболевания тоже можно легко

---

<sup>60</sup> Александр Айч «Астрология» М.: Издательский Дом «Профит Стайл», 2006. — 416с.

<sup>61</sup> Регрессолог водит посредством Эриксоновского гипноза в прошлые жизни и Тонкий мир, на Родину Души, для выявления любых причин: заболевания, плохих отношений с кем-либо, безденежья, бездетности, несчастной судьбы и прочее.

вылечиться, следуя моим методикам, устранив стандартные программы поведения, которые свойственны всем людям на планете, мы проходим одинаковые программы обучения. В итоге, мы все должны прийти к одному результату — Безвозмездная любовь, Тотальное принятие мира и Доверие Вселенной. И мои знания, содержащиеся в этой книге, дадут Вам инструкцию, как к этому состоянию прийти за очень короткий срок. А как следствие, Ваше здоровье начнёт восстанавливаться.

Теперь сделаем ещё очень важный третий шаг — освоим позитивные формулировки и образы. ЭТО ОСНОВА ОСНОВ ПОЗИТИВНОГО ФОРМИРОВАНИЯ СВОЕГО БУДУЩЕГО!

## Третий шаг к исцелению

Формула позитивного мышления — позитивная формулировка +  
позитивный образ

*Пессимист видит трудности в каждой возможности;*

*оптимист видит возможности в каждой трудности.*

*Уинстон Черчилль.*

Позитивная формулировка — это подача своей мысли в позитивном образе будущего. Надо идти «не от, а к...». Таким образом, Вы смотрите в позитивное будущее, выстраивая позитивную картинку в своём сознании, программируя события наилучшим образом. Лучше понять смысл этого упражнения Вам поможет эта метафора: Какой первый вопрос задаёт водитель, когда пассажир садится в такси? Водитель спрашивает: «Куда Вы едете?» Вы можете ответить: «Я ненавижу быть здесь. У меня здесь масса проблем. Просто ужасно здесь находиться». Однако, терпеливо выслушав Вас и признав Ваши неудобства, водитель, в конечном счёте, должен будет вежливо повторить вопрос: «Так куда Вы хотите ехать?». Вы можете ответить так: «Ну, я не хочу ехать в «Макдоналдс»: я там отравился. А в зоопарке я ужасно провёл время, когда ходил туда в прошлый раз, меня укусил жираф. И, конечно же, я не собираюсь ехать туда, где холодно, и туда, где жарко». И снова водитель может любезно признать Ваши тревоги, но всё же должен будет спросить: «Так куда же Вы, в таком случае, хотите ехать?» Можно сколько угодно говорить о проблемах, но дело не сдвинется с места, если не отвечать на вопрос, а куда же ехать. Именно поэтому неконструктивно застревать на том, что плохо. Хотя, конечно, всегда есть нюансы, когда нужно корректно подчеркнуть этот момент для анализа ситуации. Нужно идти к ..., а не от ... — это главная формула!

**Пример негативной формулировки.** Если здоровую психологию по системе позитивного мышления не преподавать в школе, то наши дети будут расти агрессивными, с негативом в душе, безынициативными и безответственными, неспособными наладить контакт с окружающим миром. Будущее нашей страны станет безрадостным — тем самым, страна опустится в пучину хаоса, а там недалеко и до развала.

Как Вам нравится такая страшилка? Вдохновляет, мотивирует? Похожа на кнут, не правда ли? И когда такая картинка всплывает в голове, в Душе сразу возникают не очень хорошие

чувства и эмоции. Человек опускается в низший астрал или низшие эгрегорные миры (об этом мы поговорим чуть позже). А теперь посмотрим другой вариант.

**Пример позитивной формулировки.** Если здоровую психологию позитивного мышления преподавать в школе, то наши дети будут расти доброжелательными, на лицах и в душах у них всегда будут солнышко и гармония. У них будет отличное психическое здоровье и, как следствие, физическое. Они будут ответственными, целеустремлёнными и проявляющими инициативу везде и во всём. Будут Авторами своей жизни. И, конечно, будут уметь налаживать любые контакты с людьми. Смогут легко договариваться с кем угодно и в любой ситуации находить точки соприкосновения с собеседниками. Будущее нашей страны, наше будущее — наши дети, они смогут поднять и возродить нашу страну, тем самым давая нам радостные минутки здоровой гордости за успехи нашего государства. Нашу страну, таким образом, ждёт развитие и процветание!

Так гораздо лучше, не правда ли? Картинка хоть куда. Есть куда стремиться, видны перспективы развития! А главное, мы программируем в своём сознании правильную цель, мы знаем, куда идём и зачем.

### Особенность подсознания Вселенной

И ещё есть особенность подсознания Вселенной. Отрицание вообще не воспринимается на подсознательном уровне! Так как ОНО думает образами!<sup>62</sup> Но даже если обойти этот аспект, если откинуть частицу НЕ, какой образ у Вас рисуется? Не сори! Не бегай! Не хулигань! Не кричи! Не злись! Интересные установки мы транслируем своим близким, не правда ли?

### Позитивные формулировки и образы цели

*Позитивное что-то лучше, чем негативное ничего.*

*Элберт Хаббард.*

Итак, с чего начать работу в этом упражнении? Научиться рисовать чёткие позитивные образы в голове — это формирование своего будущего на Тонком плане. Это даже

---

<sup>62</sup> «Я принимаю себя таким, какой я есть», здесь имеется указание на установку в подсознании: быть таким, без изменений.



не программирование себя, это разумный диалог с Вселенной<sup>63</sup> и огромная помощь себе для выхода в Высшие позитивные миры. А это первый шаг к успеху!

Пример. «Хочу бросить курить» — это негативная формулировка цели. А для чего Вы хотите бросить курить? Что Вы хотите в позитиве? Одна из удачных позитивных формулировок: «Хочу улучшить здоровье и перестроить себя на здоровый образ жизни». Пока Вы говорите себе «Хочу бросить курить», у Вас в сознании звучат слова «хочу... курить» и видится (ненавистная) сигарета, как Вы с ней боретесь, т.е. картинка в голове именно негативная. Если Вы ставите позитивную формулировку, то у Вас в сознании рождается картинка «человек дышит здоровьем» и «чудесная радостная жизнь».

Итак, продолжим. Чтобы научиться правильно выстраивать цели, для Вас есть хорошая подсказка. Помним о трёх китах, на которых располагается КЛЮЧ КО ВСЕМ ДВЕРЯМ.

Первый — чистое и высокое намерение. Второй — позитивные формулировки и образы цели. О третьем ките ниже.

Например, у Вас есть желание, спросите себя о намерении: «Для чего я этого хочу? Для какой цели я этого хочу? Например: «Хочу избавиться от чувства зависти». Тут понятно только то, что Вас не устраивает, а не то, что Вам на самом деле надо, и с такой формулировкой до интуитивно подразумеваемой цели Вы доедете едва ли. А вот цель «Научиться радоваться чужим успехам» куда как более высоковибрационна. Намерение: «Для того чтобы жить самому в гармонии с собой и чтобы этому же качеству научить других». Правда, высокое намерение? Хорошо не только мне, а многим.

Другой пример: «Я хочу похудеть не потому, что ненавижу, когда я жирный, а потому, что люблю, когда я стройный и радую глаз ближнему, принося физической выносливостью большую пользу на своём месте!» И намерение, и позитивные цели в одном флаконе.

### Как привлечь деньги?

*Не думай о том, что можешь потерять.*

*Потому что теряешь уже от одной мысли об этом.*

*Неизвестный автор.*

Вопрос про деньги вообще интересует всех. И я часто спрашиваю, когда приходит клиент

---

<sup>63</sup> Маги используют три вещи для того, чтобы изменить объект в реальности: мыслеобраз, мыслеформу и направленную энергию на цель. Первые два способа для Вас здесь доступны, третий пункт я даю подготовленным людям на своих курсах и тренингах.

с запросом о деньгах: «А зачем Вам деньги? Что Вы с ними будете делать?» Обычно клиент начинает рассказывать о своих желаниях, куда их потратит. И желания, т. е. намерения, бывают самые разные. И когда рассказываешь эзотерический смысл отношений с деньгами, многих эти знания заводят в тупик. Пришло время и Вам узнать кое-что важное.

Все люди являются проводниками различных эгрегоров.<sup>64</sup> Вы являетесь на плотном плане их руками. И все средства, которые Вам предоставлены Свыше, в том числе и материальные, даны как средства, с помощью которых Вы должны творить позитивную реальность для Вселенной. **«Эзотерический смысл любого приобретения — передача человеку от эгрегора средств для более эффективного служения. Вся жизнь — это служение, работа на идею, т. е. на эгрегор, участие в мировом эволюционном процессе на том или ином уровне. Всё, что человек получает в личную собственность, является топливом, сырьём, материалом, средством для осуществления им своей миссии или предназначения. Человек несёт ответственность за правильное, сбалансированное, грамотное использование приобретения материальных, информационных и энергетических благ».**<sup>65</sup>

Если деньги аккумулируются в одном месте, человек попросту их «зажал», или если он использует деньги только на свои «хотелки», бездумно раскидывая их на всякую «шелуху»: лишнюю дорогую одежду, аксессуары, третий телефон со стразами Сваровски, пятый дом на островах, то они отберутся наверняка, потому что расходуются не по целевому назначению. Например, если Вы делаете запрос во Вселенную «хочу идти учиться, ангелы, дайте мне столько-то денег», ребята Свыше тут же вступают в работу и ищут средства для этого. И очень часто эти деньги находятся, на моих курсах у ребят такое часто встречается. Я сама запрашивала денег на обучение, и они приходили на 3 день из ниоткуда. Если человек ставит намерение для высокой цели (развитие — это всегда хорошо для Вселенной и правильное вложение в себя) и если вдруг он передумал, то результат будет предсказуемый. Деньги утекут сквозь пальцы. И в следующий раз могут и не дать, чтобы впредь думал. Важно каждый раз, когда Вы хотите получить лишнюю копейку, спросить себя: «Зачем мне деньги? Куда я их потрачу?» Помните о Высоком намерении — когда хорошо многим, а лучше всем, тогда и деньги придут Вам легко.

Но ещё важный момент — каким путём человек зарабатывает деньги. Многие используют

---

<sup>64</sup> Подробно об эгрегорах ниже.

<sup>65</sup> Александр Айч. АСТРОПСИХОЛОГИЯ М.: Издательский Дом «Профит Стайл», 2006. — 416 с.

разные эзотерические методы привлечения денег. По сути, это залезание в общий банк ресурса Вселенной без разрешения. Мошенничество, если перевести на человеческий язык. На это она ответит адекватно и с предупреждением. Многие способы выбора средств из будущего тоже ведут к безденежью. Да... халяву (игра на бирже, денежные пирамиды, заговоры и обряды, даже фен-шуй без реальных действий человека — это плохо) в любых проявлениях Вселенная отвергает. Когда писала этот отрывок, то мне в скайп пришло сообщение от человека с рекламой. Благодарю своих наставников за этот знак и помощь, они всегда мне подкидывают материал для книг и статей. «Стань миллионером без денег из кармана! ПРОСТО ОБАЛДЕННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ! АНАЛОГ ПРОЕКТА THWGlobal, только попроще (альтернатива). Регистрация ни к чему не обязывает (серьёзный заработок без вложений на просмотре рекламы 30 мин в день)». Народ любит «халяву», что поделатать... Но рано или поздно человек через свой опыт поймёт неправильность своих действий.

### **Приведу случай моей коллеги из чата группы по регрессии.**

«Хочу немного вернуться к вопросу о деньгах, поскольку мой личный опыт из жизни служит наглядным примером того, как поступать всё же не нужно.

В один из моментов я увлеклась рунами и стала изучать их свойства, значение, а так же пользу и вред их использования. Ведь руны действительно обладают мощью, которая в «неправильных» руках может обернуться совсем другим результатом, нежели Вы ожидали. Там очень важно умение управлять своими мыслями, чтобы любые негативные или нересурсные проблески просто отсутствовали. Также у рун есть свойства забирать ресурс из будущего, если опять же ими неправильно пользоваться. Вообще эта тема крайне интересна и сложна одновременно. Мы до конца пока не понимаем всех свойств этого древнего языка.

Так вот, к чему я это. В общем, после моего ознакомления с рунами, мне как специально попадается на глаза рунический став (формула или заклинание) на открытие денежного потока. Меня это зацепило, и я решила попробовать. Долго готовилась, очищала мысли, чтобы всё только светлое и чистое. И принялась за дело. Мой муж работает частным электриком, и время от времени я подготавливаю ему объявления для рекламы, которые он потом расклеивает везде и всюду. Обычно после каждой такой расклейки обязательно много звонков, ну и заказов соответственно. Вот я и решила, что на каждом из таких объявлений напишу рунический став (вообще там надо было написать лишь одну руну). Я, как

полагается, подумала о намерении, зачем мне эти деньги, подумала о том, чтобы было много звонков и платежеспособных клиентов, другими словами, со стороны подготовки к процессу я сделала всё правильно. Объявлений было штук 100, на каждом по руне. Довольная и счастливая, я вручила их мужу. И первый раз за 3 года его работы, мало того, что звонков вообще не было в течение 2-х недель, так и заказов не было почти 2 месяца. Конечно, я поняла свою ошибку намного быстрее, уже через неделю тишины, и попросила у своих наставников (ангелов-хранителей) простить «глупышку», но видимо для закрепления осознания, нам дали время «подумать», точнее, мне, муж-то ведь не знал об этом. Его факт отсутствия клиентов тоже очень удивлял и в какой-то момент стал даже подавлять, но, зная причину, я как могла, удерживала его на плаву.

После этого всё быстро наладилось и больше таких явных примеров отсутствия клиентов не наблюдалось))). Всё есть, звонки и заказы, если нет, то он активно ищет способы решения и находит их.

Вот так! Поэтому, не стоит увлекаться «лёгкими» способами добычи ресурсов, моё мнение. Надо выяснить причину, если совсем не хватает. Ведь иногда это может быть кармическим уроком, прожить именно так. Иногда это специальный стимул и мотиватор для активации своих способностей и возможностей. Человеческое эго любит сидеть и ждать, что что-то ему свалится с неба. А ведь должно быть как в поговорке — что посеешь, то и пожнёшь! Передаю Вам свой опыт и свои наблюдения. Всех люблю».

Хотя тема данной книги — здоровье, всё же хочу с Вами поделиться небольшой информацией о том, как правильно формировать свои намерения и позитивные цели в отношении с деньгами.

### **Экономия денег — это хорошо?**

Экономия денег — это тоже тупик в развитии Души. Стремление жить лучше — это тоже мотиватор для нашего развития, и Высшие силы его используют на все 100%. Говорить фразы и слова: «Нет денег! Не смогу заработать» — вредно. Вспоминайте о буквализме Вселенского подсознания и самопрограммировании своей реальности на уровне элементарных частиц. Нужно делать акцент не на «Как бы сэкономить (нужно экономить)», а «Как бы заработать».

Причём важно помнить, что большие деньги невозможно заработать — их можно только придумать. Придумать через нужное дело, которое будет ПОЛЕЗНО БОЛЬШОМУ

количеству людей. Это главное намерение, которое нужно ставить! Если цель экологична и продукт/услуга, который хотите дать социуму, хорошего качества (а не протухшая рыба в маринаде, скрывающая не первую свежесть). Плюс к этому, дело, которым Вы заняты, Вам по душе — Вы получаете от этого большое удовольствие и Ваша перспектива в этой области станет более радужна. Потому что Вы для Вселенной здоровая клетка всеобщего Организма, приносите пользу и выполняете своё предназначение.<sup>66</sup> Т. е. правильно выстраивайте цели и намерения. Если цель в любом деле, тем более в бизнесе, только деньги, то Вселенная будет учить жить по законам эпохи Водолея. Перечитайте их выше.

### У Вас есть Миссия?

*Самая главная миссия всех людей —  
дать жизнь другим людям!!!)))))))))  
Имени автора из интернета не знаю  
Псевдоним «Разноглазый блондин»*

По жизни нужно и важно ставить МИССИЮ и делать её девизом. Тем более в своей деятельности. У всех больших компаний, как правило, она есть.

Примеры:

- Bristol-Myers Squibb «Миссия Bristol-Myers Squibb — улучшать качество жизни с помощью высококачественных санитарно-гигиенических средств».
- Eastman Kodak «Мы помогаем миру создавать воспоминания и зарабатывать деньги».
- Mary Kay — средства по уходу за кожей и декоративная косметика «Украшать жизнь женщин во всём мире».

Моя миссия (Полины Суховой): «Мягко помогать миру и человечеству завершить эру Рыб и плавно перейти в эпоху Водолея. Будет происходить смена всех систем ценностей: философии, морали, религии, Бога, понятий о добре и зле, долге и чести — и даже наука станет другой, она будет учитывать взаимодействия с Тонким миром. Это произойдёт путём замены всего, что умирает или отжило своё».

Каждому человеку на индивидуальной основе предстоит растворить прошлое, заменяя его

---

<sup>66</sup> Помните, у каждой клетки есть своя функция (предназначение человека), и её нужно узнать! Если узнаете и начнёте идти по ней, то и материальные средства будут. Деньги и предназначение очень тесно связаны.

на новое духовное сознание.

Моя задача быть посредником между Тонким и плотным мирами Земли. Передавать Высшие Законы и знания (и способы, как их претворить в жизнь) всем, кто готов к трансформации Души.

Нас всех ждёт полное изменение своего внутреннего «Я», трансмутация психики, её настройка под тонкие вибрации Космоса, выход на новые уровни вибраций сознания — это задача каждого. Кроме этого нужно:

1. Вспомнить, кто мы и откуда пришли.
2. Вспомнить свои возможности, способности и таланты, т. е. предназначение и миссию.
3. Выйти на связь с Высшим Началом и собственной Душой.
4. Доверять Вселенной и Миру, что значит тотальное принятие людей и ситуаций.
5. Не растрчивать по пустякам свою энергию на материальное, суету и негативные эмоции.
6. Искать радость во всём, ценить мелочи жизни.
7. Жить здесь и сейчас, потому что эта жизнь самая важная из всех!
8. Но это не всё... А что ещё? Читайте мои книги, слушайте мои вебинары, проходите уникальные курсы — и за небольшой период времени Вы получите практических знаний больше, чем за всю свою жизнь.

Составьте прямо сегодня свою миссию на жизнь. Возможно, Вам будет казаться, что она небольшая, но для Вселенной это большая помощь! Если сразу Вы затрудняетесь, то задайтесь вопросом своим ангелам, и они через знаки Вам покажут Ваше направление.

В крайнем случае, просто придумайте себе миссию и выполняйте её.

### **Как привлечь любимую работу?**

*Когда труд — удовольствие, жизнь — хороша!*

*Когда труд — обязанность, жизнь — рабство!*

*Неизвестный автор.*

То же касается и работы. Спросите себя и честно ответьте: «Зачем Вы работаете? Для выживания? Для того чтобы были деньги? Потому что по-другому нельзя? Так надо?» Пока не бегите по тексту за правильным ответом, покопайтесь в своих программах и убеждениях, которые формируют Ваш событийный поток. Записали? Молодец! А как Вы думаете, по-

другому можно поставить высокое намерение? Потренируйтесь прямо сейчас. Спросите себя «Зачем мне это надо?» Ответили? Отлично! А теперь ответьте на другой вопрос: «Вы хотите в своей жизни ни дня не работать и получать за это деньги?» Почему-то мне кажется, что я знаю ответ. Когда человек занят своей деятельностью, тем, что ему очень нравится, то он в своей тарелке, он с радостью бежит на работу и радостно бежит домой. Он счастлив.

В Душе у него царит гармония. А Вы хотите так жить? Тогда нужно немного потрудиться, совсем чуть-чуть. Сформировать позитивное намерение. Часто на улицах от людей я слышу: «Ненавижу свою работу, она из меня все соки выпила, пусть она будет проклята». Какую энергетику вкладывает человек, работая на этой работе? Как люди реагируют на такого человека, воспроизводящего такие вибрации. Думаю, догадались. А уж про Вселенную и говорить не буду. Она попоной такому человеку помогает понять, что такие вибрации воспроизводить и распространять в пространстве нельзя! И начальник будет прессовать, и клиенты как на подбор будут капризничать. Зарплату урежут. Помните фразу? Женщина говорит: «Я злая, потому что у меня жизнь тяжёлая», — но фишка в том, что тяжёлая жизнь из-за того, что она злая. Люди просто не в курсе Высших законов и как они работают.

Но Вы же уже не такой, Вы пресвящённый, поэтому у Вас есть фора достигнуть истинного счастья уже в ближайшее время. Поэтому для того, чтобы правильно сформировать намерение, для начала нужно развязать кармические узлы со своей старой работой или той, на которой Вы сегодня работаете. Вселенная прямо сейчас на Вас смотрит и ждёт от Вас взрослого решения. Когда она поймёт, что Вы уже повзрослели, увидит Ваши реальные шаги в сторону позитивных изменений, то сразу исполнит для Вас самые заветные желания.

Главное, верить в это — или для начала просто проверьте.

### **Развязывание кармических долгов с прошлой деятельностью**

*Кармические узлы — это долги,*

*которые ты делаешь перед другими людьми.*

*Речь не только о материальных долгах,*

*а скорее о невыполненных обещаниях и задачах.*

*Неизвестный автор*

Прежде чем выйти на своё предназначение разберитесь с кармическими узлами из прошлой деятельности, сделайте ответственное заявление в пространство Вселенной прямо сейчас, если Вы к этому готовы. Выпишите следующие пункты и ответьте на вопросы:

1. Настрой на принятие: «Я принимаю всё, что со мной произошло, как позитивное и хорошее!»
2. Узнаём кармический урок: «Почему я оказался/-лась на этой работе?». Вычерпать плюсы из неё. Чему она меня научила? Что делать и чего не делать?
3. Настрой на благодарение ПРОШЛОЙ РАБОТЫ и всех, кто с ней связан. Написать как минимум 10 благодарностей отдельно каждому значимому коллеге, начальнику и, самое главное, тем, кто больше всего «прессовал» — обучал.
4. Начинайте с любовью и осознанием выполнять ту же самую работу и при этом параллельно работайте над собой (можно по методикам в этой книге).

А после этого сразу сформируйте новое позитивное намерение в отношениях с нынешней работой. Выберите наилучшее намерение, которое будет устраивать самые высшие структуры мироздания, в том числе и Вас. Например: «Я хожу на работу (повар в детсад), чтобы детишки питались здоровой и вкусной пищей, росли здоровыми, весёлыми и довольными. Они — наше будущее! Я вкладываю в будущее нашей цивилизации». А не для того, чтобы таскать оттуда продукты. Во втором случае Вселенная обязательно расставит всё по своим местам. Она возьмёт из будущего человека или деньгами, или здоровьем, в том числе, здоровьем самых близких. Причём обычно Она забирает самое ценное для человека и в самый нужный момент. Помните о Высших Законах. Передумать свои намерения — это всегда вовремя! Это можно сделать в любой момент, даже если набедокурили сполна.

Вселенная милосердна.

Для наглядности привожу пример позитивного намерения моего знакомого: «... а ещё я работаю электромонтёром в больнице и несу свет людям в буквальном смысле... ставлю лампы в светильники и наполняю их мысленно энергией Любви и Радости с намерением принести здоровье пациентам...» Классное намерение? Блестяще! Bravo! Очень рада за этого молодого человека, у него большое будущее.

А вот теперь подходим к своей главной деятельности. Перед воплощением каждая Душа заключает контракт с телом и с Высшими кураторами. Что это конкретно для Вас, не всегда понятно, мои ребята обычно это выясняют на сеансах регрессии. Пример приведу чуть ниже. Но, даже не зная этих методов диагностики, Вы можете выйти на свой путь. Помните



основное правило — все Ваши желания и намерения должны быть подчинены главной цели. А чтобы её найти, задайте себе вопрос: «Через какую деятельность, которая мне ОЧЕНЬ нравится, я могу принести наибольшее благо этому Миру?» Хороший тест по поиску своего места в этом мире Вы можете найти в моей книге «Твой выбор в большой игре».

### **Я нашла своё предназначение**

Моя ученица курса «Регрессия в прошлые жизни» легко нашла своё истинное предназначение с помощью техники Эриксоновского гипноза. Истории своих учеников выкладываются всегда с их разрешения!

Пересыпкина Елена:

«Наконец-то записала один из отчётов... Писала в три приёма, три дня))). Благодарю моих проводников за терпение в ожидании))).

9 августа работали с Ириной И. Я была в качестве клиента. Ходили в хорошее место за ответами! Вопрос тянется давно, а решения окончательного так и не было. В картах по МАК (метафорические карты) я уже пыталась проработать этот вопрос, но немного с другого ракурса. У меня несколько направлений, в которых мне нравится развиваться и в которых я могу получать и финансовое вознаграждение))).

Тогда я посмотрела по технике «Я сегодня — Я завтра» по всем направлениям. Некоторые из них (например, моя профессия «эколог» на прежнем месте работе) вызывали не очень весёлые чувства, в остальных направлениях я могла получить удовольствие, а по некоторым — и хорошую прибыль))).

Чем ближе выход из «декрета», тем всё больше я хотела понять, возвращаться ли мне на прежнюю работу? А если нет, то чем же мне заниматься?

### **Вот запрос, который мы поставили перед сеансом:**

Попросить наставников помочь определиться: какое направление для меня будет самым гармоничным, комфортным и экологичным? В чем моё предназначение? И показать понятными знаками, образом, какое из занятий будет более взаимосвязано с предназначением.

В хорошее место (зелёный луг простирается на большие расстояния, и я лежу на нём) пришла девушка (белый силуэт, белые одежды, струящиеся, до пола). Спросили, какое моё предназначение в этом воплощении на земле. В ответ сначала смех, потом стало темно, как в космосе, и через время показали картинку: локомотив, красный корпус, на нём надпись золотыми буквами: предназначение))). Сели в поезд, в кабину машиниста, я — машинист.

Стоим. Впереди железная дорога, 4 пути.

### **Какая дорога сейчас моя?**

Влево уходит серая (цвета превратились в чёрно-белые). Развилку на неё я уже проехала, она осталась позади. Это прошлое — прошлое место работы и вид деятельности. Остались 2 дороги прямо и одна вправо (все они — будущее), посмотрели на карту — оказалось, что где-то далеко две прямые дороги уходят тоже вправо. На средней между ними 3-ья загорелся светофор, и я поехала по ней. Где-то вдалеке — картинка, подъезжаем ближе.

Вижу... В помещении освещение не очень яркое, я сижу на ковре на полу, рядом дети.

Ощущаю

с ними комфорт, спокойствие, контакт незримый, полное взаимопонимание, моя поддержка, которую они чувствуют, а я чувствую их. Я просто нахожусь с ними в одном помещении, каждый занят своим делом, в то же время они чувствуют моё присутствие. Внутреннее состояние: приятное, хорошо.

### **И что это?**

Это не детский сад. Ощущение, что это то состояние комфорта, которое мне нужно достичь в общении с детьми. Полное доверие, комфортное принятие, спокойна и радуюсь за каждого.

Я не спешу делать домашние дела, мне удобно, тепло, тихая внутренняя радость... я за них спокойна. Чувство умиления. Это то, к чему очень хочется прийти. Я постаралась запомнить это состояние для поддержки самой себя в непростых ситуациях с детьми.

Показали и ситуацию, состояние, которые были: дети, напряжение, обуза, тяжесть, грусть от этого, ограничение моей свободы и моих действий, связанной с детьми, ограничиваю себя заботами и хлопотами о детях. Сама же при этом очень хочу испытывать полное спокойствие и комфорт в общении с детьми. (С мужем, кстати, мне сказали, что налажена комфортная связь).

У тебя есть нестыковка: есть талант обучать детей, но отсутствует спокойное принятие детей, нет безусловной любви. НАДО выровнять этот баланс.

### **Что для этого нужно сделать?**

Нынешнее обучение помогает. Уважать детей, как Души, постоянно помнить об этом (сейчас уже начала вспоминать хотя бы о том, что нужно посмотреть на человека, как на Душу: интересное чувство возникает... пока не проанализировала).

Твоя задача — помочь этим Душам развиваться, направлять в сторону развития. Смотреть на ребёнка, как на Душу. Понимать, какие у них задачки, даёшь поддержку, чуть направляешь.

Начать нужно практиковаться со своих детей, а так это относится не только к детям.

Моё предназначение — учитель? — НЕТ.

Спонсор? — нет.

Наставник? — нет.

**ПОДСТРАХОВЩИК.** Показали образ: я боюсь малыша, он от этого становится смелее, двигается вперед по спортивному комплексу. -> Незаметная поправка Души в определённом направлении, причём это происходит В ОБЩЕНИИ с человеком. Когда идёт полный негатив — корректирую, а пока он пытается что-то сделать, пока пытается и старается — не вмешиваюсь. Есть тонкий контакт, когда нужно мне помочь, меня просить об этом не надо, я это чувствую.

### **Урок для моей Души в этой подстраховке?**

Отстраниться и не «давить» своей тоталитарностью, убрать диктатуру, не гнуть свою линию и не создавать жёсткие рамки. Научиться позволять детям давать свободу, позволить себе не знать, как лучше для детей, а дать им возможность научиться понимать свои чувства, слышать и слушать свою интуицию, т.е. развиваться.

### **С чего мне начать это делать?**

Получился листок со списком. Вот что показали:

1. Практиковаться.
2. Наладить связь со своими детьми.
3. Настройка себя на интуитивное чувство, полное доверие.
4. Спокойствие.
5. Взаимопонимание с мужем, доверие ему.

Расшифровка: должен быть совместный тандем, взаимодействие, чтоб решать всё вместе, а так взвалила сама на себя. Вернуть ему его полномочия в этом тандеме, единстве. Список продолжался, но поближе его не показали.

Но это ещё не всё. Ирочка поняла очень чётко мой запрос, поэтому задавала ещё и ещё вопросы, чтоб сполна раскрыть мой запрос. За это ей отдельная благодарность.

### **Поможет ли мне ландшафтный дизайн наладить связь с детьми?**

Наоборот. Надо идти от обратного. Сначала комфортное состояние и контакт с детьми, потом занимайся чем угодно. И тут появилась мысль, что железнодорожный путь, который круто поворачивал вправо — это ландшафтный дизайн, дорога, которая совсем прямо — семья, налаживание контакта с детьми.

Средняя — то, куда мне надо, так как необходимо постепенное совмещение того и другого. Сначала практиковаться на клиентах в психологии, потом придёт понимание, как общаться с клиентами по дизайну. Причём это тоже своеобразный тандем: красота сада и красота души! Т. е. корректировка с моей помощью на двух уровнях). Чтобы их корректировать, нужно набрать опыт, который обретаю из практики.

Обретаю из практики также коммуникабельность, уверенность, ценность, индивидуальность, уникальность... её нужно понять, ощущать как на курсе, так и с клиентами. Т. е. сначала практика в психологии, ландшафт как хобби пока, а в будущем это союз психологии и ландшафтного дизайна (прямо показали меня в рабочем комбинезоне в цветущем саду роз!!!!).

**Могу ли я на этом заработать, получить финансовую уверенность, независимость, финансовая поддержка будет?**

Это побочный, второстепенный продукт. На первом месте, что ты получишь от этого: прилив сил, уверенность и удовлетворённость, смелость!

Это как раз то, что я хотела! В своём развитии и в своей работе, чтоб мысли о том, как обеспечить семью, отсутствовали.

Т. е. положиться в этом вопросе на мужа. В то же время мой муж — самый творческий для меня клиент!

**Как поверить в мужа?**

В то, что он может и сможет всего добиться, быть успешным, удовлетворённым собой? Та же корректировка и подстраховка, вместо того, чтобы «гнуть свою линию». Доверие мужу. Сейчас — активно работать с собой, а по отношению к мужу — поддержка, доверие и принятие его особенностей, без претензий.

Вот как интересно получилось))))))!

После сеанса общаемся с Ириной, она, как мне показалось, делает мне очень ресурсные внушения, потому что у меня и плечи расправились, и внутри огонёк уверенности зажёгся. Я ей говорю, как она мне замечательно внушает....

А она в ответ: да нет, я просто перечитываю то, что за тобой записывала)))))). Во как!!!

В трансе — просто текст, почти не было эмоций, а в сознательном состоянии — как сработало, вдохновило прям!!! Вот почему ещё полезно записывать за клиентом.

Ирочка, огромная тебе благодарность за сопровождение!!!!

Ещё у меня очень запечатлелось: относись к детям, как к душам, и я задумалась... а как это?

Попробовала осознанно это применить во время каприза ребёнка, получилось едва заметно что-то прочувствовать, что-то необычное, что-то вроде любопытства: интересно, какие же ты обязательства на себя взяла, и какие задачи хочешь проработать?»

Хотите узнать своё предназначение? И кем Вы являетесь на самом деле? Приходите на мой курс школы парапсихологии «Мир души» «Регрессия в прошлые жизни и Тонкий мир».

Другой случай из практики моих учеников.

### **Как выбрать направление в деятельности?**

Алёна: «Если помните, я выкладывала историю своего похода в Тонкий Мир с Иришей, и там была затронута тема детей и каких-то новых программ для них. После этого стало приходиться всё больше личной информации о том, что «дети — моё», так и твердили то в Тонком Мире, то в картах, астрологии, нумерологии. Но честно скажу, я не могла до конца это принять, т. к. несколько лет назад я перестала вести практику и занятия с детьми и ушла во взрослое, и мне нравится работать со взрослыми. Недавно я вернулась с фестиваля, где вела групповые практики, это было очень мощное событие, и я специально поставила запрос разобраться со всем. И вот что пришло: да, дети — моё! Но какие дети? Я вдруг ощутила, что все мы Дети Вселенной, просто опыт у нас разный: у кого-то его больше, у кого-то меньше. Я помню свои ощущения на группах, когда мне хотелось всех разом обнять, как детей, и возраст тут вообще не причём. Сейчас я решила не ограничивать свой выбор, не делить: дети, взрослые — со всеми хорошо!!! Причём на фестивале я как раз вела и детские занятия и практики со взрослыми. К чему я всё это? Надо позволить себе мыслить шире. Не пытаться «всунуть» себя в рамки «предназначения», а просто расслабиться и принимать всё, к чему тянется Душа. Я не могу сказать, что достигла в этом 100%, но я к этому иду. И мне уже го-о-о-ораздо свободнее».

### **Ключ ко всем дверям!**

*Мысли, слова — это ключи! Правильно*

*подобрав, открыть можно любую душу, в том числе и свою Душу.*

*Неизвестный автор.*

Позитивные формулировки и образы, позитивное намерение и ещё третий кит (о нём в самом

конце) — это три основы, на которых держится удачная жизнь человека разумного. Освоив главные правила позитивного формирования своего будущего, человека ждёт счастье и внутренняя гармония. И для того, чтобы положить капитальный фундамент для своего прекрасного будущего, мы ещё раз закрепим знания о том, как составлять позитивное намерение, чтобы оно воплотилось в жизнь. Важно учитывать следующие правила.

### **Правило 1**

Ваше Намерение должно быть сформулировано в позитивной формулировке и образе.

### **Правило 2**

Ваше Намерение должно быть сформулировано в настоящем времени, по факту свершения.

### **Негативного опыта в мире не существует**

Что это значит? А это значит, что негативного опыта в мире не существует.<sup>67</sup> Есть просто опыт.

Это мы делаем его негативным или позитивным, напитывая теми или иными эмоциями.

И ещё очень важно знать особенности мозга. Когда Вы концентрируетесь на какой-то интеллектуальной деятельности, мозг моментально начинает активно генерировать новые нейронные связи. Этот процесс нейрофизиологи называют нейропластичностью. Например, если человек думает, что он никогда не похудеет, то со временем он будет лишь укрепляться в этой мысли. А если сделает себе ресурсное внушение, которое перейдёт в убеждение: «Я способен себе создать отличную физическую форму», то его мозг будет каждый раз строить к ней новые нейронные связи. Человек больше будет замечать новые возможности, так как акцент его внимания переключён на другую программу, которая будет формировать новую реальность. Думайте о своих новых возможностях по факту, как будто это уже произошло, а лучше к этому ещё и представлять, как это свершалось. Тем самым Вы заполняете элементарные частицы новыми позитивными данными на Тонком плане. И это сбудется, как Ваш наилучший вариант событий.

### **Правило 3**

Ваше Намерение должно быть сформулировано от первого лица. То есть: «Я (в своём будущем) полностью здоров для того, чтобы принести своим здоровьем большую пользу всему человечеству через свою деятельность...»

---

<sup>67</sup> Кстати, вот Вам практическая работа для тренировки. Переделайте в этой книге все мои фразы с частицей НЕ в позитивные формулировки. Для начала я хотела весь текст написать правильно, но решила для Вас оставить поле для деятельности. Здорово? Не теряем время зря! (Используем каждую минутку на пользу себе).

Друзья, если Вы усвоите главный принцип жизни — позитивное мышление, значит, ждёт Вас счастье! Только от Вас зависит, в каком энергоинформационном мире Тонкого плана Вы будете пребывать. А что из этого следует? Вы скоро узнаете, и для многих это будет откровением! Об этом чуть ниже.

### Третье домашнее задание

Тренируем позитивные формулировки и позитивные образы. Переформулировать фразы и представить их образы во всех красках:<sup>68</sup>

1. «не хочу больше конфликтовать» — «живу в мире с людьми» (представляем образ-картинку!) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. «не хочу больше тревожиться» — «живу в гармонии и спокойно себя чувствую» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. «не хочу болеть» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. «хочу не сутулиться и не иметь мрачное выражение лица» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. «хочу бросить курить» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. «хочу избавиться от лени» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7. «не хочу, чтобы муж мне изменял» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. «не хочу, чтобы дети грубили» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9. «не могу заставить себя» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

10. «не злись и не ревнуй» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

<sup>68</sup> Подсказка. Спросите себя: «Для чего я этого хочу?» и ставим фразы в настоящем времени.

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

11. «победи неуверенность» \_\_\_\_\_
12. «не плачь при разговоре» \_\_\_\_\_
13. «не хмурься» \_\_\_\_\_
14. «не бухай» \_\_\_\_\_
15. «не трынди» \_\_\_\_\_
16. «не лезь туда, а то упадёшь» \_\_\_\_\_
17. «не бери нож, а то обрежешься». Пример: «оставь нож, пожалуйста, или давай вместе  
сделаем                    то,                    что                    хочешь,                    давай                    я  
помогу» \_\_\_\_\_
18. свои актуальные: \_\_\_\_\_
- 

Чуть ниже в помощь родителям я дам список заготовок позитивных формулировок.

Примечание: Некоторые люди, узнав, что частица НЕ отвергается Вселенной на Тонком плане, сразу начинают тыкать других людей этим, поучать и сами себя загоняют в «стерильность». Помните, что любая крайность — это плохо. Чистить лексикон важно и нужно, но частица НЕ также пригодится для общения с людьми, например, «Вася, тебе будет не очень легко справиться с домашним заданием, но я тебе помогу!» Уберите частицу НЕ, и что у Вас останется? Правильно! Позитивная поддержка, но она немного скрыта от взора. И этот приём часто используют профессионалы гипнологов и психологи.

Вы большой молодец, если заполнили все пункты и написали свои. Вселенная за Вас очень радуется!!! А мы идём дальше. Вы с каждым часом становитесь всё компетентней в психологии и в Высших законах. Похвалите сами себя, Вы это заслужили! И поощрите себя чем-то, сделайте то, о чём давно мечтали. А сейчас мы перейдём к самому важному —

---



направленным внушениям своему окружению. Как часто мы внушаем своим детям негативные программы, формируя их будущее, творя бытовую магию? Да, на каждом шагу! Просто мы не понимаем, что говорим, потому что все так говорят. Мы эти шаблоны переняли от своих родителей, они от своих, и так из века в век ухудшаем свою карму, своего рода и в целом человечества. После нижеприведённого материала Вы уже будете легко отлавливать свои негативные программы.

### **Что такое направленное внушение?**

*Мы есть то, что о себе внушили сами,  
и то, что о нас нам внушили другие.*

*Эрик Фромм*

Что такое внушение в Вашем представлении? Частый ответ: это слова, которые когда-то были услышаны и сработали как внушение, а потом на уровне сознательного разума были забыты, но продолжают действовать.

Мы знаем, что негативные внушения могут давать гадалки и экстрасенсы (впрочем, не понимая, что это внушения), например: «Твой муж — энергетический вампир. Если ты с ним немедленно не расстанешься, у тебя начнутся несчастья... Твой ребёнок умрёт». Этот вариант людям известен, а вот самый распространённый вариант внушений, который потоком льётся на нашу голову полные 24 часа в сутки через СМИ и окружающую реальность, несведущему человеку даже не заметен.

Так, что такое внушение? Возможно, Вы удивитесь, но пора уже это узнать. Как только человек открыл рот, он сразу внушает. Внушение происходит всегда и везде при контакте людей. Но на разных людей одни и те же внушения будут действовать по-разному. Почему? Об этом чуть ниже. А пока о видах внушений и где негативные внушения нас подстерегают.

### **Внушения бывают**

В психологии разновидностей внушений очень много, но человеку, не связанному с этой наукой профессионально, достаточно знать две основные категории, с которыми он сможет справиться. Остальные виды Вам точно не нужны, чтобы не запутаться. Итак.

Ресурсные внушения: — У тебя всё получится, ты такой талантливый!

Не ресурсные внушения: — Ты что, дурак, или у тебя мозги куриные?

Нейтральные: — Сегодня светит солнце.

### **Что внушение делает с человеком?**

Негативное внушение удаляет человека от целей. Ресурсное — приближает. Нейтральное — сообщает факт.

Можно представить психику человека в виде поля, замусоренного разным хламом: камнями, сорняками, т. е. негативными установками, доставшимися по наследству от предков. Если каменистая почва не подготовлена, то там, соответственно, ничего не прорастёт. Ресурсные внушения могут подготовить поле психики для посадки хорошего урожая. Это делается постепенно, можно сказать, ручная работа. Сначала с поля убирается камушек за камушком, потом взрыхляется почва, потом она удобряется, поливается, далее закладывается нужное семя, опять поливаем, ждём первых ростков, ухаживаем и ждём. Время и терпение — два главных условия. Появляются долгожданные первые плоды. В итоге, человек вырастает в личность высокого полёта, с хорошими полезными установками: уверенный в своих силах, решительный, ответственный, АВТОР своей жизни.

### **Вред не ресурсных внушений**

Если они сыплются на человека постоянно, то они могут сделать из уверенного и решительного человека — замкнутого, тревожного, безынициативного индивида, который всего боится. Оговорюсь, что это формула не для всех, есть люди с определённым типом нервной системы, которых трудно чем-то запугать, негативно нагрузить, они оптимисты от природы, это не про них, это люди-счастливчики, но их единицы. А вот для всех остальных, после постоянных негативных внушений, включаются программы саморазрушения, и для них эта статья будет очень полезной (кстати, подчёркнутое предложение — тоже внушение!). Я хочу, чтобы Вы, дорогой друг, прозрели и увидели, насколько широко распространено это явление в обществе и что очень велик перевес внушений в негативную сторону. Чтобы убедиться в этом, нужно быть внимательным в повседневной жизни.

Приведу пример из собственной жизни. Негативные внушения для лучшего понимания буду подчёркивать.

Зима, холод, на улице -20 градусов. Мамочка стоит у банкомата с малышом-мальчиком лет

5—6. У неё что-то там не получается, и она попутно внушает своему сыну (конечно, неосознанно!). Говорит раздражённо, что важно для внушения:

«Надень варежки, а то заболеешь». Сын стоит и даже не думает, мать злится ещё больше, добавляет: «Я тебя лечить не буду! Тебе ампутируют руки!» Сын задумался и спрашивает: «Мама, а что такое ампутируют?» Мать в ответ: «Я такого барана в первый раз в своей жизни вижу!» Дальше пошли резкие движения матери, когда она надевала ему варежки. По сути, весь диалог этой женщины был в виде негативных программ на будущее её сыну.

Если такие внушения повторяются довольно часто, а тем более, когда они даны на пике эмоционального напряжения (мама была взвинчена прилично), эти программы запечатлеваются в подсознании с одного раза, такова особенность нашего мозга. Я уже не говорю о том, что мать понизила их общий вибрационный фон.

### Научный эксперимент

В 1939 году Уэнделл Джонсон из университета Айовы (США) и его аспирантка Мэри Тюдор провели шокирующий эксперимент с участием 22 детей-сирот из Давенпорта. Детей разделили на контрольную и экспериментальную группы. Половине детей экспериментаторы рассказали о том, насколько чисто и правильно они говорят. Вторую половину детей ожидали неприятные минуты: Мэри Тюдор, не жалея эпитетов, язвительно высмеивала малейший недостаток их речи, в конце концов назвав всех жалкими заиками. В результате эксперимента у многих детей, которые никогда не испытывали проблем с речью и волею судьбы оказались в «негативной» группе, развились все симптомы заикания, которые сохранялись в течение всей их жизни. Эксперимент, позже названный «чудовищным», долго скрывали от общественности из страха повредить репутации Джонсона. Схожие эксперименты позже проводились над заключёнными концлагерей в нацистской Германии. В 2001 году университет штата Айова принес официальные извинения всем пострадавшим в ходе исследования.<sup>69</sup>

Вернёмся к нашим героям — маме и её ребёнку. Что же мама заложила в будущее её малыша? Думаю, Вы согласитесь с тем, что хороших программ тут не было. Разберём подробней диалог мамы:

---

<sup>69</sup> Источник: <http://secrets-world.com/history/1169-chudovischnye-eksperimenty-psihologov.html>

1. Итак, первая очевидная фраза негативного внушения: «Ты заболеешь», внушённая программа на болезнь. Это вообще очень распространённая фраза людей: «Сделай вот то, а то разобьёшь, потеряешь, упадёшь, разобьёшься...» — добавьте свои слова из своего арсенала. Думаю, что каждый увидит себя в этих внушениях. Если не замечали раньше, попробуйте отследить свои негативные внушения с сегодняшнего дня.

Что даёт внушение: «Ты заболеешь»? Программу на будущее — «С тобой будет плохо!» Да, каждый из нас программист, как своей судьбы, так и чужой в особенности! Зачем мы это внушаем? Можете возразить — чтобы предупредить. Соглашусь, что это важно. Но ведь есть более грамотный и ресурсный способ предупреждения. Пример правильного внушения: «Малыш, надень варежки, так ты будешь здоровеньким и ручкам будет тепло!» Как Вам такой вариант? На мой взгляд, гораздо лучше, а главное, ресурсно и с позитивными программами, которые не закладывают негатив и разрушение, а поддерживают малыша.

2. Далее мама говорит: «Я тебя лечить не буду!» Т. е. в подсознании у ребёнка запечатлется, как печать, что мать не будет заботиться, когда сын заболевает. Конечно же, она будет, это всего лишь слова. Но это своего рода шантаж, игра на чувствах ребёнка, типа «Ты сам виноват, сам и расхлёбывай!» Здесь продемонстрировано матерью, что она в трудной ситуации малыша не поддержит. У него может сложиться впечатление, что мать не друг и надеяться на неё трудно.<sup>70</sup> Т. е. так мама отдаляет себя от сына.

3. Следующая фраза: «Тебе ампутируют руки!» Это вообще программа так программа. У него может включиться эта программа в связке с первой фразой или со второй — это как повезёт. И в любой схожей ситуации в будущем — болезнь, обморожение, не ухаживают за больным... — может включиться эта установка, т. е. могут быть самые непредсказуемые последствия.

4. Затем: «Я такого барана в первый раз в своей жизни вижу!» Это вообще классика жанра родителей, чтобы понизить самооценку своему ребёнку (конечно, неосознанно! Я уверена, что мама любит своего сына, проста она некомпетентна в психологии). На данный этап жизни мама — самый дорогой и значимый человек для малыша. С этой позиции она дала оценку своему ребёнку, причём оценка хуже некуда. Перевожу — «Сын, ты самый глупый человек, которого я вижу в своей жизни». Нужны ещё комментарии?

### **Ещё пример их жизни.**

Моя студентка делится впечатлениями о внушениях на улице: «Вчера на детской площадке

---

<sup>70</sup> Конечно, это предположения, но вероятность велика.

наблюдала следующую картину. Маленький мальчик лет 3-4 играл в песочнице, и его забавой было насыпать и высыпать песок из сандалий. Неподалеку на скамейке сидела бабушка с грозным и важным видом, которая несколько раз сделала замечание своему внуку, чтобы он так не делал. Через некоторое количество попыток "образумить" малыша, она подозвала его к себе и очень важно проговорила: "Если еще раз ты сделаешь это, я отведу тебя в темный лес и оставлю там без воды, еды и игрушек. И никто за тобой не придет. А у нас появится новый послушный мальчик". Видимо как-то представив это, ребенок с испуганным видом проговорил: "Не надо, бабушка, я буду слушаться", потом через несколько секунд спросил: "А мама любить меня будет?", сел рядом со своей "домоправительницей" и расплакался так горько! С гордым видом воина, победившего целое племя варваров, бабушка ответила: "Вот и подумай!" Какое же решение о поражении сейчас принялось в этом маленьком существе...?»

### **Итого:**

Что вырастет из этих мальчиков, если родные каждый день, как «дятел», атакует такими внушениями, да ещё на эмоциях? Научный эксперимент показал, что внушаем, то и будет.

Если психика малыша сильная, то он не только выдержит, но это его будет стимулировать и мотивировать на преодоление этих препятствий. Девиз таких людей «Нас дерут, а мы крепчаем!» Но, увы, таких детей — всего лишь 5—7% от общего количества. Из таких вырастают настоящие общественные лидеры. Остальные дети получают через негативные внушения только неуверенность, нерешительность, инфантильность, низкую самооценку, страх, чувство вины, им трудно справиться с собственными конфликтами личности в будущем и чрезвычайно тяжело адаптироваться к окружающей среде.

И важно помнить, когда родители начинают заикливаться на плохом, получается, как в той метафоре про таксиста, помните?

### **Позитивный пример внушения**

В противовес приведу ещё один пример из жизни, встреченный на улице. Мама и дочка прогуливаются в парке зимой, дочка на лыжах. Одна из лыж соскочила. Мама наклоняется, помогает дочке вставить ногу в крепление, приговаривая: «Ну, давай чемпионка, смелее! Ещё... ещё!» Они благополучно застегивают крючок, и мама напутственным голосом подкрепляет: «Вперёд, чемпионка!» Уж не знаю, мама изучала психологию, или это неосознанная компетентность, но этой девочке точно повезло с мамой. Она вырастет

уверенной в своих силах, решительной, будет чувствовать поддержку близких и достигнет своих целей, даже самых заоблачных.

Девиз таких родителей: «Я верю в своего ребёнка! Он герой!» И это подтверждают сегодня наши олимпийские чемпионы: в них верили родители, тренеры и внушали им это на протяжении всех лет длительных тренировок. И всё это принесло супер-результат.

### Просьба к родителям

*Минимальная программа воспитания детей:*

*1. Внушить ребёнку, что мама всегда права.*

*2. Говорить ребёнку, что он лучший и всего добьётся в жизни...*

*(перечить уже не посмеет))))*

*Нисса*

Поэтому, милые родители, будущие родители, внушать нужно только позитивные слова. Это выгодно всем, не только тем, кому они даются, но и Вы сами получаете от этого огромное удовольствие, потому что видите результат — рост и успех близкого человека. Важно помнить, что человек может подняться в обществе только двумя способами:

- 1) унижить рядом стоящего и таким образом возвыситься (это выстраивание иерархической лестницы отношений — животный уровень);
- 2) возвыситься собственными хорошими делами. В данном случае, поддержав человека и спонсировав его психологически. Согласитесь, психологическое спонсорство — хорошее дело, и мало кто осознанно занимается этим, думаю, только психологи и люди, от природы наделённые этими качествами.

Второй вариант — это всегда поведение зрелой личности. А этому нужно учиться, вернее, переучиваться, потому что наш мир просто погряз в негативном образе жизни. На негатив ближнего обращаем больше внимания, больше в этом барахтаемся, негативом погоняем, негативом опускаем. Ах, если бы все люди знали, во что это выливается на энергоинформационном уровне. Вы, дорогой мой читатель, уж точно через несколько листочков это узнаете.

Главное, понять, что позитивные внушения очень выгодны, потому что в ответ, как бумеранг, они в будущем вернутся этими же слова от собственных детей и близких. Какие семена

посеем, такой урожай и соберём.

### **Помним главный закон внушений!**

*Что хорошего во временах, когда людям внушают,*

*будто до неба можно долететь?*

*Ведь как людям внушают, так оно и случается.*

*Юлия Латынина. Колдуны и Империя*

Чем больше и чаще человек повторяет одни и те же внушения (это относится как к негативным, так и позитивным внушениям), тем вероятнее будет реализовано именно то, что прогнозирует человек. «Ты болван! Руки-крюки! Горе моё луковое! Баран!» — то и будет. Или: «Ты чемпион, тебе всё под силу!», «Ты моя радость! Ты мой герой!» — через 100 внушений человек себя именно так и чувствует.

Что делать с негативными внушениями, поступающими из социума?

Хороший вопрос. Негативные внушения или всученные внушения, которые навязываются через СМИ, рекламу, легко можно контролировать. Помните, что внушения — это приглашение, от которого можно отказаться. Задача на уровне нашего сознания фильтровать — полезное беру, вредное отмечаю. Включайте активно разум. Кстати, особенно опасны те внушения, которые не разбираются разумом. Когда Вы смотрите телевизор и какой-то захватывающий фильм, да ещё и на эмоциях, то в тот момент, когда фильм периодически прерывается рекламой, да ещё с резким перепадом звука, помните, что это не случайно и даже государство издало закон, чтобы звук был выравнен. В этот момент происходит резкое замешательство мозга из-за перепада информации, и здесь наша психика не защищена. Это самый лучший момент для скрытого воздействия на подсознание.

И второй момент, когда есть опасность прохождения в наше подсознание не прошенных внушений. Когда человек слушает рекламу, но не слышит её, когда она идёт фоном, это очень вредно. Это тоже прямое попадание в подсознание. А потом через пару дней, когда он гуляет в магазине, почему-то возникает непонятное желание купить ненужную вещь. Это привет от рекламщиков. Они знают все тонкости нашей психики и устройства мозга и легко и этим пользуются, в своих целях. Что делать? Просто выключайте звук рекламы, пропускайте картинки.

Отрывок отчёта моей ученицы школы парапсихологии «Мир души»:

Нина: «Всем доброго времени! Во-первых, выражаю искреннее восхищение мамочкам, у которых на детей уходит большая часть времени и которые ещё успевают и обучаться у Полины и активно отрабатывать техники. Почему я осознала, каково это? Потому что третий день, как мне привезли внука на «довыздоравливание», и я не могу написать отчёт по технике, которую провела со мной Лена П. А это очень важно. Потому что когда разбирали тему с внушениями, Полина не раз заостряла внимание на вреде рекламы, что нужно отключать звук и не смотреть. Но всё по порядку.

Лена дала в чат заявку, кто хочет поработать, и я чуть позже, что мне бы тоже надо проработать. Лена мне маякнула в личку, что если устроит, то после того, как дочку уложит. А мне надо было успеть, пока не привезут (два часа езды) внука. Очень жаль, что успели только в одну сторону проработать. У меня был страх снова заразиться от внука. Сколько с ним ни сидела, пока он болел, каждый раз сама заболела и болела тяжело. Причём в этот раз он подцепил ветрянку. А у меня напрочь отбило память, болела ли я сама ветрянкой, болели ли дети. Начиталась в Инете, как тяжело болеют взрослые, не переболевшие в детстве ветрянкой, и ещё соседка масла в огонь подлила, что переболела очень тяжело взрослой уже. Работали по Антивирусу с зеркалом с тем, что я боюсь заразиться от внука и заболеть. В зеркале на месте меня появился вихрь воронкой и затем гримасничающая грязно-жёлтая мордочка с хвостом. На вопрос, что в этом страшного вылезло, что страшно — всё страшно, и болеть ты будешь долго и страшно. После того, как я принесла ему с улицы солнышко в руках, он проглотил, появилась картина ледяной снежной королевы из рекламы на ТВ, которая транслировала: «Болеть ты будешь долго», — и никуда не исчезала. Многие её видели, это реклама таблеток от простуды. Начали трансформировать это внушение в мастерской. На буржуйке стоял большой эмалированный тазик, куда эту снежную королеву и поместила. Она быстро растопилась, и вода закипела. Добавила туда по всем модальностям, порезала молодильное яблоко. В результате из тёплого пластилина получилось дерево с жёлто-красными яблоками, ленточек туда ещё навязала сиреневых и синих. Ресурсное внушение: «Я здорова, прекрасно себя чувствую, полна энергии, молода и задорна». Это дерево слилось со мной, и вот уже «я, дерево» ухожу корнями в центр земли и кроной в небо, и полились два потока, снизу вверх и сверху вниз. После чего в зеркале появился мой образ, ну-у-у о-о-о-очень молодой, пришло чувство спокойствия, расслабленности, радости, трогательности. Совет был дан: нужно отслеживать внешнее внушение, даже образно было



показано отрезание ножницами потока внушения. Благодарю Лену за такой сеанс, просто избавила меня от такого наваждения. Жаль, что в обратную сторону не успели сделать, но можно наверстать. Внук выздоравливает, без всякой опаски, обнимаемся с ним».

### **А что делать с людьми, которые любят внушать негатив?**

*Избегайте тех, кто старается подорвать Вашу веру в себя.*

*Эта черта свойственна «мелким» людям.*

*Великий человек, наоборот, внушает Вам чувство,*

*что и Вы сможете стать великим.*

*Марк Твен*

Рекомендации:

А можно спросить у «негативщика»: «Ты зачем это делаешь? Ты понимаешь, что ты сейчас делаешь?» Может завязаться разговор, Вы уж сами решите, стоит продолжать или нет... Можно рассказать о вреде негативных внушений, пересказать своими словами эту информацию.

А если избежать не удаётся, например, это Ваши близкие родственники, руководитель или люди, от которых уйти нереально. Например, человек лежит в больнице, подходит мед. персонал и «успокаивает»: «Не бойся! Твоя операция не страшная. Ты боли не почувствуешь.

Врачи у нас не дураки!» А теперь уберите все частицы «НЕ» в этих предложениях... Что остаётся? То-то и оно! Сплошные негативные внушения, и человек в стрессовой ситуации с большей вероятностью выделит именно эти слова и начнёт тонуть в этих не ресурсных мыслях. Помните об одной особенности нашего мозга. Отрицание ничего не создаёт.

Отрицание вообще не воспринимается на подсознательном уровне! У отрицания отсутствует образ, отсутствует созидательная сила, отсутствует движение. Любое утверждение должно иметь направление в будущее. «Я принимаю себя таким, какой я есть», здесь имеется указание на установку в подсознании: быть таким, без изменений. Это важно помнить.

Изучайте позитивные формулировки.

Так как больного стоило поддержать позитивными внушениями? Пример: «Дружок/сынок, будь спокоен! Твоя операция лёгкая, вот, сколько людей выздоровело после этой же процедуры! Почувствуешь облегчение. Врачи у нас умные и очень внимательные. Всё будет

хорошо!» Как говорится, почувствуйте разницу, после таких слов крылья вырастают. Прекрасная притча дополнит эту картину:

### **Притча про маленьких лягушат**

Жили-были маленькие лягушата, которые организовали соревнования по бегу. Их цель была — забраться на вершину башни. Собралось много зрителей, которые хотели посмотреть на эти соревнования и посмеяться над их участниками. Соревнования начались. Никто из зрителей не верил, что лягушата смогут забраться на вершину башни. Слышны были такие реплики: «Это слишком сложно! Они НИКОГДА не заберутся на вершину!», или «Нет шансов! Башня слишком высокая!» Маленькие лягушата начали падать. Один за другим... За исключением тех, у которых открылось второе дыхание, они продолжали прыгали всё выше и выше. Толпа всё равно кричала: «Слишком тяжело! Ни один не сможет это сделать!» Ещё больше лягушат устали и упали... Только ОДИН поднимался всё выше и выше. Тот единственный не поддавался крикам толпы! В конце концов, все поддались... За исключением того одного лягушонка, который всё-таки смог забраться на вершину! Тогда все лягушата захотели узнать, как ему это удалось!? Один участник спросил, как же этому лягушонку, который добрался до вершины, удалось найти в себе силы, несмотря на крики неверия всей толпы окружающих. Оказывается, победитель был ГЛУХОЙ!»

Итак, что делать, если Вам внушают негатив? Например: «Ну, ты руки-крюки! Да... слабоват ты». Проговорите в мыслях установку: «Стёрто, стёрто, стёрто!» (представить образ, как Вы стираете эту программу в воздухе), «Это говорят про другого человека! Эти слова я отмечаю!», «Я как лягушонок из притчи для этого человека». Так Вы легко контролируете внешнее воздействие на себя.

### **Психологический спонсор своему окружению**

*Подняв упавшего — поднимаешься сам.*

*Марио Гомес Mario Gomez*

Как говорилось выше, в психологии масса внушений, но для простого обывателя достаточно хотя бы разделить их на два уровня — негатив и позитив. Что мы и сделали. Думаю, что с негативными всё понятно. А вот позитивные будем изучать подробнее, ведь польза их очевидна. Схема такая: комплимент + скрытое позитивное внушение (это то, что хотите

видеть в человеке). Комплимент нужен для подстройки к человеку, чтобы сохранить с ним хороший контакт, тогда он Вас будет слушать. А позитивное внушение — это раскрытие внутреннего потенциала в человеке, активирование позитивных программ. Вы как бы поворачиваете человека своей лучшей стороной, лучшей гранью и добавляете туда гладкости и идеальности. Вы шлифуете человека, как ювелир драгоценный камень. Плюс поднимаете его на высокие вибрации.

Примеры:

1. Ситуация: человек постоянно Вас подводит. Вместо того чтобы негативно внушать: «На тебя нельзя положиться!», что ещё больше усиливает качество человека, потому что этот акцент на негативе закрепляет негативную программу в человеке. И главное, человек начинает сопротивляться, кому приятны упрёки? Внушаем: «Ты же у меня такой надёжный! В следующий раз всё сделаешь вовремя? Правда? Спасибо, я в тебе был уверен!»
2. Ситуация: человек малоинициативный. Позитивное внушение: «Ты молодец, что хотел проявить инициативу. Тебе, видно, помешали. В следующий раз справишься?»
3. Ситуация: человек забывает позаботиться о ком-то. Вместо: «Ты опять всё забыл, что я тебе просила сделать для моей мамы! Сколько можно?», «Радость моя (комплимент), ты у меня такой всегда заботливый, что помешало в этот раз?.. Я знаю, что ты легко справишься (внушение на лёгкость исполнения), завтра с этим вопросом!» (поставлен срок, с которым спорить не хочется из-за мягкости подхода).
4. Ситуация: человек невнимательный. Говорить искренне, без подколов! «Да ты ж всегда внимательный. Всем пример! Что помешало в этот раз? ... Ну, в следующий раз ты просто сделаешь всё на высшем уровне, правда?»
5. Ситуация. Родитель проверяет уроки у первоклашки (пропись), у ребёнка плохо получается: «Как у тебя хорошо получилась перекадинка в буквке Н. А соединение между буквой А и С особенно удалось! Я уверена, что в следующий раз у тебя получится ещё лучше буквка Т и З. Ты же у меня такой способный (позитивные внушения), вон как ты уверенно двигаешься вперёд!» (поддержка). Ребёнок будет вдохновлён и окрылён на последующую работу. Именно так давал Милтон Эриксон (основатель Эриксоновского гипноза) правильную критику одному мальчику, своему пациенту, у которого были большие задачи с вниманием и учёбой, и он через совсем короткое время стал победителем олимпиады. Именно так мы становимся психологическими спонсорами своих близких.
6. Ещё пример. Муж, выехав из дома в командировку, забыл важные документы, и пришлось

возвращаться за ними впопыхах назад, опаздывая на поезд. Нересурсные внушения: «Ну, ты как всегда! Вечно так! Никогда без приключений не можешь! Сколько можно уже быть таким тупым?..» Ресурсные внушения: «Ты молодец, вовремя вспомнил, что забыл документы, перед тем как сесть в поезд (вычерпывание плюсов). Ты теперь знаешь, с чего нужно в будущем собирать чемодан в командировку (подсказка, что делать в будущем). Всё будет хорошо (поддержка)! Расслабься (погладить/поцеловать, это важный момент — передача эмоциональной стабильности и энергии)! Успеешь! Ты же всегда всё вовремя делаешь (позитивное внушение)».

### Самогипноз и самовнушения

*Нет ничего чудовищнее того,*

*что мы можем внушить себе сами.*

*Джон Стейнбек. Зима тревоги нашей*

Самовнушение тоже может оказывать большое влияние. Его ещё можно назвать «Зароки и обеты». Это какое-то обещание, которое человек даёт себе — часто в детстве или подростковом возрасте, как правило, очень эмоционально (а то, что запечатлевается с эмоцией, запечатлевается надолго даже с одного раза), а потом благополучно забывает об этом. А оно продолжает действовать.

Например, девочка-подросток видит, как у мамы рождается ещё один ребёнок и из-за этого мама не может окончить институт или получить ту работу, о которой мечтала, и вообще, «это конец женской судьбы» (как часто повторяют взрослые при детях, косвенные внушения).

И в ужасе говорит себе: «Никогда не буду иметь детей!» Потом она про это забывает, потом вырастает и начинает лечиться от бесплодия. И никто ничего у неё не находит, потому что это негативная программа была внедрена и запущена самим человеком. Что делать? В идеале нужно сделать гипноанализ, выявить причину и перепрограммировать на позитив, на ресурсную установку. Но зная многие секреты психологии из этой книги, Вы уже сами сможете обнаружить ограничивающую установку и трансформировать её в ресурсную.

Основатель Эриксоновского гипноза Милтон Эриксон говорил: «Если человек пребывает в негативной реальности своего внутреннего мира, то он сам себя загипнотизировал негативными самовнушениями. Очень часто ближайшее окружение способствует этому

процессу и подливает масла в огонь, возможно, всё было и наоборот, окружение начало, а человек сам закончил этот процесс». Если человек сам себя вогнал в это состояние, то сам же может и вывести. Главное — знать, как! Формула Вам в руки.

### **Внушаем себе только позитив по формуле:**

1. Compliment за увиденные изменения и успех. У меня уже получается, и Я — супер молодец! Добавляем образ через визуализацию, как это получилось по факту.
2. Внушаете то, что хотите в себе видеть. Я решительный и стремительный! Представляем в воображении себя именно таковым.
3. Поддержка. Так держать! Нужно чуть больше времени и терпения, и я достигну цели. Накидать план, как осуществить эту цель.

### **Отчёт моей ученицы курса «Регрессия» по отработке позитивных внушений.**

Любовь Березняк: «ВСЕМ доброе утро!!!!!!!!!!!! У меня радостная новость, связанная с нашей работой по внушениям, решила поделиться со всеми вами, как хороший пример. Дело в том, что мой младший зять моряк, и сейчас он в рейсе в Америке. У него стоял вопрос продления американской визы, он её нечаянно залил вином, и остался виден только номер. Для него и моей дочери (она сейчас в Китае) это было очень важно, чтобы вместе вернуться с контрактов. Так вот, он был уверен, что ему не продлят визу, мне дочь сбросила его установку, и вот как я над ней поработала. «Я знаю «америкосов», какие они придирчивые, и положительного ответа я не жду».

1. Сашу ждёт положительный ответ от американцев на свой запрос о визе. 2. За бортом океан, но вероятнее всего американцы ответят положительно на запрос Саши о визе. 3. Саша, когда ты будешь писать жене письмо, что визу продлили, вначале мысленно поблагодари американцев.

И вот сейчас утром он получил ПРОДЛЕНИЕ ВИЗЫ от американцев!!!!!!!!!!!! Мои дети счастливы невероятно!!!!!!!!!!!! :) Поленька, благодарю тебя, ты ВОЛШЕБНИЦА!!!!!!!!!!!!!»

Примечание: помните, что творить\создавать свою реальность нужно по трём основным правилам: Мыслеформа (текст) + Мыслеобраз (того, что хотите по факту свершения). Третий принцип будет полно раскрыт в конце, но уже сейчас я приоткрою Вам тайну — это ВЕРА!

### **Позитивные родительские внушения для детей в сложных ситуациях**

Эти примеры для данной книги составила моя талантливая ученица, уже моя коллега,

---

поэтесса и прозаик Елена Финиковская. Тысячи благодарностей ей за это!

1. Негативная формулировка: — Не щипайся, ему же больно, что ты делаешь!

Позитивная формулировка: — Лучше погладь, так приятней и тебе, и ему!

2. Н.Ф.: — Не тронь нож, порежешься!

П.Ф.: — Положи, пожалуйста, нож. Он острый, можно порезаться, поэтому надо быть внимательным и аккуратным (осторожным)! Или: Ножик очень острый! Чтобы всё было хорошо, дай мне его сейчас, пожалуйста! Немного подрастёшь, и я научу тебя им пользоваться!

3. Н.Ф.: — Не тронь/не бери/уронишь!

П.Ф.: — Оставь, пожалуйста, или давай вместе, или давай я тебе

помогу! 4. Н.Ф.: — Опять ты разлила суп на стол!!!

П.Ф.: — Бывает, давай теперь вытрем, и стол снова будет чистым, а суп новый нальём. 5. Н.Ф.: — Не лезь на горку. Упадёшь!

П.Ф.: — Стоп! Здесь будь, пожалуйста, внимательным! Иди осторожно, и всё будет хорошо! 6. Н.Ф.: — Чего ты так долго копаешься?

П.Ф.: — Малыш, пожалуйста, давай будем одеваться (собираться) побыстрее! Ты же у меня чемпион по скоростному одеванию!!! Или давай проверим, кто из нас оденется первым!

7. Н.Ф.: — Не тронь кошку, укусит.

П.Ф.: — Кошку можно погладив, только спросив у неё разрешения. Давай спросим у неё разрешения.

8. Н.Ф.: — Не пей сырую воду из-под крана!

П.Ф.: — Подожди! Я знаю, что от этой воды может заболеть животик. Давай, мы нальём другой водички, которая нам более полезна!)

9. Н.Ф.: — Не гуляй допоздна!

П.Ф.: Дорогой, детки гуляют пока светло на улице и хорошо видно игрушки и площадку... Когда темнеет, то пора идти домой, чтобы лечь пораньше спать и встать утром бодрым и сильным!

10. Н.Ф.: — Не суй пальцы в розетку!

П.Ф.: — Малыш, в этих отверстиях течёт огненная энергия! Ты её не видишь, но она есть!

Чтобы уберечься от боли, лучше закроем розетку и займёмся игрушками./Стоп! Там

опасно! 11. Н.Ф.: — Не трогай горячий утюг!

П.Ф.: — Осторожно! Стоп! Горячо! Жига!)

12. Н.Ф.: — Не перебивай меня!

П.Ф.: — Подожди, когда я закончу говорить, и тогда говори. А я тебя выслушаю. Сейчас говорю я, а ты слушаешь.

13. Н.Ф.: — Не говори плохие слова!

П.Ф.: — Когда ты говоришь эти слова, то мне грустно. Давай, заменим их на другие! От которых будет у всех хорошее настроение!)

14. Н.Ф.: — Не плачь, не пачкайся!

П.Ф.: — А ну-ка покажи мне, как ты улыбаешься! Ты так здорово умеешь это делать. Плакать умеет каждый! Улыбнись, и станешь солнышком! Ты моё солнышко! Будь аккуратным, ведь ты уже большой!

15. Н.Ф.: — Не смотри так близко телевизор!

П.Ф.: — Дорогой! От экрана телевизора идут лучи, которые воздействуют на глазки! Смотри мультики на более дальнем расстоянии, и глазки будут здоровые. Вот так будет в самый раз. Хорошо! Молодец!

## Четвёртый шаг к исцелению

### Выявление скрытых негативных программ

#### Слова-разрушители и слова-крылья

*Частота/чистота речи и частота\чистота ДНК — одно и то же.*

*Академик В. Миронова*

К сожалению, я не нашла источник в интернете, откуда изначально взята статья «Слова-разрушители и слова-крылья». Я прошу прощения у автора за то, что не указала первоисточник! Моё намерение разместить эту статью — самое чистое и светлое, чтобы Вы, мой дорогой читатель, и миллионы других людей распознали свои программы и трансформировали их в позитивные. Низкий поклон и миллион благодарностей автору статьи!

«Мысли, слова, фразы — это программы! Являясь носителем языка (неважно какого), каждый из нас имеет совершенно уникальный запас (набор) слов. Этот набор является мощным инструментом самопрограммирования.

В буквальном смысле: как говорим — так и живём. Что заявляем, то и имеем.

Слова — это одежда наших мыслей и энергия слов, имеет ещё более плотную структуру. Эта энергия в разы быстрее (по сравнению с энергией мысли) формирует материю.

#### Слова-разрушители

Доказательств тому приведено уже настолько много, что и прибавить к ним почти нечего.

Но всё-таки приведём ещё одно, и оно такое серьёзное, что безоговорочно признано открытием, способным исцелять самые опасные болезни.

Это открытие сделал немецкий психотерапевт Носсрат Пезешкиан, он первый обнаружил (а потом научился обезвреживать) слова, программирующие болезни тела. Со временем Пезешкиан убедительно доказал, что эти разрушительные слова присутствуют в лексиконе всех людей.



Понимаете? Нет ни одного человека, кто бы уберёгся от слов, которые:

- программируют болезни;
- материализуют их в теле;
- ни в какую не позволяют их исцелить.

Эти слова доктор Пезешкиан объединил под названием органическая речь.

Конечно, по-русски это название звучит несколько кособоко, но суть отражает вполне.

Органическая речь — это слова и выражения, напрямую влияющие на физиологические органы человека. Вам отлично известны эти слова и выражения. Это по-настоящему опасная и разрушительная энергия, которая способна подорвать даже самое крепкое здоровье, будь оно хоть трижды богатырским.

Обратите внимание на то, насколько виртуозно замаскированы слова-разрушители. Сразу не верится, что такие безобидные на вид слова могут так сильно вредить.

Вот смотрите:

- лопнуло моё терпение;
- я уже голову сломал;
- что-то меня гложет;
- всю плешь мне проели;
- сидит у меня в почках (что-то, кто-то);
- мне перекрыли кислород;
- не перевариваю (что-то или кого-то);
- все соки из меня выжали;
- много крови мне испортили;
- чихать я хотел;
- надоело до тошноты;
- просто ножом по сердцу;
- меня уже колотит (трясёт);
- всю шею отсидели;
- сыт по горло;
- с души воротит;
- загоняли меня до смерти;
- побывай в моей шкуре;
- давят на меня;

- найти бы отдушину.

Ну и так далее. Правда же, отличная маскировка? Нам кажется, что мы употребляем ёмкие метафоры, а на самом деле отдаём своему телу такие чёткие команды, что тело их даже и не смеет не выполнить, вот и выполняет.

Свои выводы по влиянию органической речи на здоровье человека доктор Пезешкиан опубликовал не так давно, но эти выводы уже успели проверить. Особенно тщательно изучали вот такой вопрос. Органическая речь создаёт болезнь или сообщает о ней?

Оказалось, что именно создаёт. Другими словами, было предположение, что слова-разрушители появляются в речи человека после возникновения болезни — мол, так бессознательное, которое управляет всеми физиологическими процессами, сигнализирует о сбоях. Однако нет, не подтвердилось предположение.

И теперь можно убеждённо говорить, что картина такая: сначала человек включает слова-разрушители в свою активную речь (закладывает программу конкретной болезни) и только потом возникает болезнь. И не какая-нибудь болезнь, а точно та, которая была заявлена.

И вот ещё что примечательно. Создав болезнь, слова-разрушители ещё более укореняются в активной речи — и совсем не для того, чтобы о болезни сообщать (сигнализовать).

Задача слов-разрушителей совсем другая — поддержать болезнь, дать ей возможность «жить и процветать». Это понятно. Органическая речь — это самостоятельная психическая программа, и у неё вполне обоснованная миссия — поддерживать то, что создано.

Ниже приведены обобщённые данные подробных исследований речи многих тысяч пациентов. Конечно, набор слов в разрезе по болезням значительно богаче, чем в приведённой таблице, но если Вы зададитесь целью установить в собственной речи слова, которые разрушают Ваше здоровье, то приведённые иллюстрации помогут Вам в этой продуктивной (и по-настоящему целительской) работе. И будьте уверены, как только Вы обнаружите в своём обиходе слова-разрушители, Ваша речь от них быстро очистится.

И механизм тут простой и понятный. Обнаружен — значит, разоблачён. Разоблачён — значит, обезоружен. Надо ли говорить, что когда уходят слова-разрушители, то уходят и болезни? Это масштабно доказал метод доктора Пезешкиана.

### **Эти слова и выражения создают и поддерживают болезнь:**

1. Надело до тошноты, сыт по горло, с Души воротит — нервная анорексия.
2. Взвалить груз забот. Нести свой крест. Проблемы, которые сидят на шее — остеохондроз.

3. Что-то гложет, отравлять жизнь, сам себе не принадлежу, надоело всё до смерти — рак.
4. Заниматься самоедством, язвительно, что-то (или кого-то) не переваривать — язва.
5. Что-то сидит в почках, моча в голову ударила, нет сил, смертельно устал — урологические заболевания.
6. Найти отдушину, дать волю своему гневу, перекрыть кислород, чихать на кого-то — бронхиальная астма и гипервентиляционный синдром.
7. Высасывать кровь, выжимать соки, это вошло в мою плоть и кровь — заболевания крови.
8. Принимать близко к сердцу, сердце разрывается, удар в самое сердце — инфаркт миокарда.
9. Он и не чешется, не хотел бы оказаться в его шкуре, легкоранимый, тонкокожий — заболевания кожи и аллергия.
10. Ломать голову, рисковать головой, ещё головой побейся, сплошная головная боль — мигрень, метеозависимость.
11. Хромать на обе ноги, неустойчивый, шаткий, непроходимый — хронические судороги, подагра.
12. Выпускать пар, лопнуло терпение, поддавать жару, подстегивать — гипертония.
13. Едкий, мне горько, желчный, чтобы жизнь медом не казалась, никакой радости — заболевания печени и жёлчного пузыря, а также ожирение.
14. Глаза бы не видели, страшно смотреть, смотря зачем, свет не мил, непроглядный — заболевания глаз.
15. Не хочу этого слышать, не говори, замолчи, заткнись, шумно, грохочет — снижение слуха, глухота.
16. Колотит, трясёт, бесит, претит, не морочьте (мрак), лопнуло моё терпение — депрессия.

**Примечание. Нет никакой разницы в том, к кому (или чему) применяются эти и подобные слова и выражения. Сам факт их присутствия в активной речи закладывает (а потом поддерживает) программу болезни.**

Предлагаем Вам понаблюдать за речью. Нет, не за своей — это без специальной подготовки может оказаться невозможным. Попрактикуйтесь — понаблюдайте за тем, какие слова-разрушители присутствуют в речи Ваших близких. Только не надо «проповедовать».

Будьте, пожалуйста, деликатны. Людей, особенно близких, ранят поучения и наставления.

Просто поделитесь информацией. Например, дайте почитать эту или другие статьи по этой теме. Предоставьте Вашим близким возможность сделать самостоятельные выводы и принять самостоятельные решения. Помните, индивидуальная речь — это то, во что

категорически нельзя грубо вмешиваться!

### **Слова-кандалы**

Теперь Вы знаете слова-разрушители в лицо, и это означает, что они обезоружены. Теперь, если эти слова и станут проскакивать в Вашей речи, то Вы мгновенно это заметите и замените «вредителя» на нейтральный (или даже продуктивный) синоним. И очень поможете своему здоровью. Вот так всё просто. Маски сняты, и речь очищается.

Разоблачённые слова-разрушители из неё постепенно уходят.

То же самое стоит сделать ещё с одним набором слов. Эти слова получили название слова-кандалы. Очень точное название, потому что отражает самую суть. Употребляя слова-кандалы, мы ограничиваем себя в свободе, в возможностях, в праве, которое по умолчанию (т.е. без всяких условий) дано каждому из нас от рождения. Получать от жизни всё самое лучшее. К большому счастью, слов-кандалов не так уж много и не потребуется особых усилий, чтобы очистить от них свою речь. Достаточно просто знать, что сообщество кандалных слов состоит из четырёх основных «кланов» (или семей — так их принято называть).

### **Клан кандалных слов «У МЕНЯ НЕ ПОЛУЧИТСЯ»**

Эти слова отчётливо указывают на неуверенность в себе, за ними всегда маячит убеждение человека в том, что его способности ограничены, что он серый, неприметный — «обычный». Слова клана «У меня не получится» в буквальном смысле заставляют стоять на месте и заживо загнивать (уж простите за прямоту). И всё бы ничего, но за мнимой безобидностью этих слов мы даже не замечаем их коварства и НЕ осознаём, что они заставляют нас совершать абсолютно не нужное. Ведь сомневаясь в себе, мы проявляем такое высокомерие, что мыслим себя чем-то отдельным от Того, Кто нас создал. И делаем вид, что мы сами по себе, а Бог — сам по себе (и никакого отношения к тому, какие мы вообще есть, Он не имеет), и что набор уникальных способностей, которым мы все наделены от рождения, ни к чему нас не обязывает. И что послание, обращённое к каждому, кто человек: «Ты наделён талантами и несёшь за них ответственность», — это вовсе и не к нам. Посмотрите, вот они, эти слова, за которыми очень удобно спрятаться, притаиться и НЕ выполнить свою уникальную жизненную миссию:

- не могу;
- не умею;
- не уверен (-а);
- не получится;
- это выше моих возможностей (сил);
- не могу обещать;
- от меня не зависит;
- не возьму на себя такую ответственность.

А самое коварное слово клана «У меня не получится» — это ювелирно замаскированное «постараюсь». Снимите с этого слова фальшивую веру в результат, уберите с него полумёртвый энтузиазм — и непременно увидите его истинное лицо. И поймёте, что на самом деле транслирует это слово. Увидели? Всё правильно, вот это: «Я в себя не верю».<sup>71</sup>

### **Клан кандалных слов «Я НЕ ДОСТОИН/-ЙНА»**

При внешней схожести слова этого клана имеют кардинально другую задачу (по сравнению со словами клана «У меня не получится»). Почитатели слов из клана «Я не достоин», как правило, не стоят на месте, они по-настоящему стремятся к саморазвитию и хорошо понимают, что в этом, собственно, и есть смысл их жизни. Именно эти люди имеют репутацию замечательных умниц и мастеров на все руки, именно они везут на себе всё и всех, они берут ответственность за всё подряд, и только они уверены, что рабочая лошадь и они сами и есть синонимы (и что критика и понукания, на которые не скупятся едущие у них на шее, — это норма). И знаете, не надо быть опытным психологом, чтобы заметить, насколько сильно поклонники слов клана «Я не достоин» боятся получать адекватные себе самим вознаграждения. Для тех, кто чувствует себя «под плинтусом», у кого самооценка дальше некуда, я порекомендую проработать свою книгу «Миф о неуверенных, или НЕУВЕРЕННЫЙ С УЛИЦЫ УВЕРЕННОЙ». А взгляните в слова клана «Я не достоин/-йна» — и Вы всё поймёте:

- ещё не время;
- хотелось бы, но...

---

<sup>71</sup> У Вас может возникнуть вопрос. Если Вселенское подсознание отрицает частицу НЕ, то что тогда получится, если отвалится НЕ в фразе «Я не могу!». Да, вроде программа замечательная, но почему она тогда не работает? Друзья, повторюсь. Для того чтобы помочь себе, одной мыслеформы мало, нужно правильный мыслеобраз (Вы должны представить, как Вы в воображение всё можете и делаете легко). Кроме этого нужна вера в это! И только тогда Вы поднимаетесь на высокие вибрации в Тонкий Позитивный мир. На Вас перестаёт воздействовать низший астрал. О нём поговорим чуть позже.

- мало ли чего я хочу!
- хотеть не вредно;
- кто я такой/-ая, чтобы...

А ещё обратите внимание вот на эти «шедевры» — они настолько легко проникают в речь, что им даже маскироваться не надо:

- Я не могу себе позволить;
- Ничего себе! (а уж сколько синонимов у этого восклицания — полуцензурных и из откровенного вульгарного — просто богатейшее устное творчество), понятно, что кандальной эта фраза является только в контексте самоограничения. Заменяем её на «Вот это да!»

А вот когда мы, к примеру, говорим: «Не могу себе позволить» — это чёткая программа на запрет. Вот только кто Вам его поставил? Если Вам нужно оставляйте эту программу, если нет, то трансформируйте через позитивную формулировку.

### **Клан кандалных слов «НЕ ХОЧУ, НО ЗАСТАВЛЯЮТ»**

О, это наши любимые слова! И судя по частоте их применения, мы их не просто любим, а упоённо обожаем:

- надо;
- нужно (не в контексте потребности, а в значении «обязан»);
- должен (должна);
- требуется;
- проблемы (очень коварное слово, и оно отлично замаскировано, ведь оно не обозначает имеющиеся проблемы, как может показаться, оно их формирует). Об этом слове чуть ниже поговорим отдельно.

Сколько раз в день мы говорим и слышим от своего окружения эти слова? Да не сосчитать!

А ведь мы не просто говорим, мы отчётливо (и без всяких разночтений) заявляем самим себе и друг другу: «Моя жизнь — беспросветная кабала».

И что примечательно, мы так сроднились с этими кандалами, что даже и не пытаемся их хотя бы временно снимать, употребляем их даже тогда, когда говорим о своих личных потребностях, не имеющих ничего общего с обязательствами перед другими людьми (или перед обстоятельствами). Прислушавшись, легко заметите, что слова мне надо сделать и я должен/должна сделать мы употребляем в дело и не в дело (это автор статьи пишет таким

языком и я не знаю можно ли править это?), тем самым строим громадные кордоны, через которые так не просто пробиться радости.

Вот и ходим с озабоченными лицами и напрочь забываем, что мы и пришли сюда исключительно для того, чтобы наслаждаться жизнью.

### **Клан кандалных слов «НЕВОЗМОЖНО»**

Ну, и заключительная группа семейства слов-кандалов. Их употребление просто-напросто забирает кислород у всего, что мы называем мечтой. К счастью, стремительно уходят времена, когда слово «мечта», его производные, сопровождались снисходительной гримасой (мол, отрыв от реальности). Теперь уже никого не надо убеждать, что именно мечтателям мы обязаны всем, чем с таким удовольствием пользуемся: электричеством, телефонией, телевидением, интернетом, самолётами, машинами... продолжите список. В общем, что называется, благословенны Небеса, что они посылают нам мечтателей, чтобы донести до нас и не дать нам забыть, что возможно всё. Абсолютно всё, что мы распознаём как внутренний запрос. Это прямое указание на возможность. И на то, что у всех возможностей есть мощный потенциал воплощения, иначе бы запросы попросту не возникали.

Вот эти слова:

- невозможно;
- маловероятно;
- никогда;
- не может быть;
- если вдруг (отказ от возможности);
- если что (и это тоже отказ от возможности; хочу-то я хочу, но вряд ли получу);
- может случиться так... (планирование препятствий. Эта фраза — самый надёжный способ, чтобы не только НЕ получить то, к чему стремишься, а гарантированно обеспечить себя тем, чего ни в какую не хочешь);
- а вдруг (та же песня);
- не дай бог (из той же оперы);
- и самое убойное: НЕТ ВЫБОРА (ограничение сознания, мысли и поведения, а значит, действия).

Знайте, кандалные слова (равно как и слова из разряда «органическая речь») значительно уменьшают скорость настройки продуктивной доминанты. А это снижает скорость Вашего

движения к цели. Как, спросите, избавиться свою речь от кандалных слов? Отлично всегда помогает приём «Позорный столб». Приём простой. Выпишите кандалные слова из этой статьи и вывесьте этот перечень на видное место (например, на холодильник, как самое посещаемое место в доме), и пусть он (перечень) побудет там 7—10 дней. Дольше оставлять не стоит. Во-первых, много чести. Во-вторых, за этот срок уже сформируется то, на что нацелен приём — чёрный список. Чёрный список — это умелый санитар, и он всегда отлично справляется со своей задачей, удаляя из речи все элементы деструктивных программ.

### Слова-крылья

Мы с Вами стоим на самом пороге великих перемен! Грядут перемены. В величайшей степени неразумно их бояться (тем более, что они точно не за один день произойдут, как и положено переменам). Предлагаем приступить к делу. Очень приятному делу, будьте уверены. И оно впрямую касается того, как организовать собственную жизнь в Новой Эре Водолея (её, кстати, уже называют Эрой Абсолютного Добра). Разговор пойдёт о словах, которые, будучи допущенными в активную лексику, позволяют человеку получить доказательства, что управлять собственной судьбой — это не фигура речи, а вполне обыденный практический навык. Этот навык категорически не позволяет по жизни ползать. Этот навык заставляет ЛЕТАТЬ. Слова-крылья. Их совсем немного, но много вовсе и не надо. Потому что каждое слово даже не пуд золота весит, а намного больше. И силу слова-крылья имеют такую, что описать её... можно. Но я не стану (сами опишите, когда испытаете на себе). Просто обозначу то, что наблюдаю в профессиональной практике. Люди меняют свою личную историю, встают с больничных кроватей, вытаскивают себя из финансовых ям, раскрывают свои таланты и вообще начинают жить так, как каждому человеку и положено. Радостно, свободно и гармонично!

Вот он, наш истинный ресурс: «Я могу! Я всемогущее существо! У меня всё получается! Я в себя верю! Всё в моих руках!»<sup>72</sup>

---

<sup>72</sup> Немецкий психотерапевт Носрат Пезешкиан. Первоисточник в интернете не найден.



### У меня нет проблем — у меня только задачи!

*Прошлой ночью я подумал во сне, что кратчайшее выражение смысла жизни может быть таким: мир движется и совершенствуется.*

*Главная задача — внести вклад в это движение, подчиниться ему и сотрудничать с ним.*

*Лев Толстой*

Ваша задача — перетрясти весь свой лексикон и отлавливать день за днём негативные установки и программы. Выписывать их в дневник Целителя и сразу же заменить и переформулировать их в позитивные программы. И начните этот интересный процесс со слова «проблема», надо заменить его на слово – задача. А теперь по-новому формулируем вопрос. Какие у меня задачи? Помним, что проблема — негативный якорь. Ваша Цель — из моря проблем подняться в Мир задач. А намерение зачем? Вы уже самостоятельно напишите сами. Вы же молодец?! Итак, новая позитивная установка: «Проблем у нас нет, у нас есть творческие задачи и очень творческие задачи. И вообще, жизнь — это творческая мастерская, а человек в ней мастер, возможно, только начинающий». Выпишите этот девиз на видное место.

Задача этой перекодировки — снять негативный потенциал, уйти от чувств, перейти к разуму, к делу, анализу, позитивно конструктивному мышлению. Управлять своими мыслями осознанно. Перенаправить их для Вашего счастливого будущего. Всё просто, мой друг, просто нужно немного потрудиться, минут 20—30 в день, и результат будет просто великолепный.

Ставим новый девиз всей жизни. «Проблем у нас нет. У нас есть задачи или очень творческие задачи!»

### Четвёртое домашнее задание

Выпишите кандалные слова из этой статьи и вывесьте этот перечень на видное место (например, на холодильник — как самое посещаемое место в доме), и пусть он (перечень) побудет там 7—10 дней или до тех пор, пока Вы их не запомните. Дольше оставлять не стоит. Во-первых, много чести. Во-вторых, за этот срок уже сформируется то, на что нацелен приём — чёрный список. Чёрный список — это умелый санитар, и он всегда отлично справляется со своей задачей, удаляя из речи все элементы деструктивных программ. Новые

выявленные программы тут же переформулируйте в позитивные программы. Помните, выше есть схема ПОЗИТИВНЫХ ОБРАЗОВ и ФОРМУЛИРОВОК. (См. третье Д.З.)

## Пятый шаг к исцелению

### Вычерпываем плюсы из жизненных творческих задач

*В одно окно смотрели двое...  
Один увидел — дождь и грязь,  
Другой — листвы зелёной вязь,  
Весну и небо голубое...  
В одно окно смотрели двое...  
«Смотрели двое — два в одном,  
Один подумал — «всё чужое»,  
Другой ответил — «здесь мой дом».  
Один сказал — «листва увянет».  
Другой с улыбкой — «жизнь в дожде».  
Один себя безбожно ранит,  
Другой смеётся сей вражде.  
Так, уживаясь, год за годом,  
В окно смотрели два в одном.  
Один из прошлого был родом,  
Другой — рождённый детским сном».*

*Анри Лу*

Но прежде чем перейти к упражнению «Вычерпывание плюсов», разберёмся со страхами, откуда берутся и что с этим делать? Потому как страхи являются самой сильной сдерживающей силой в плотном плане Земли.

У вечной Души страхов не бывает, она знает, что живёт вечно, что она всё может, просто нужно немного потрудиться и приобрести опыт, которого недостаёт. Душа постоянно хочет

развиваться, тянется к новому. Она понимает, что от развития каждой частички Космоса зависит рост и благополучие всей Вселенной. Она чувствует себя в единстве с целым, она любит безусловно и полностью доверяет Высшим наставникам, соответственно, Вселенной. Когда Душа при рождении на Земле входит в биологическое тело, то её качества на данное воплощение видоизменяются. Биологический скафандр наделён другими противоположными качествами, схожими с животным уровнем. Биологическое тело постоянно экономит энергию, для того чтобы в какой-то момент опасности сделать главный рывок к выживанию. Оно постоянно ищет зону отдыха, как сейчас модно говорить, «зону комфорта». Тем самым возникает конфликт между желаниями Души и желаниями тела.

### Новое партнёрство Души и тела

Хочу поделиться с Вами замечательным отрывком из книги Майкла Ньютона «Путешествие души». В нём Вам приоткроется тайна того, как и зачем человек выбирает физическое тело в Тонком мире перед воплощением.

«При вхождении Души в тело происходит важный момент. Установление контакта между физическим умом и эфирным может протекать гладко или бурно на ранних стадиях адаптации в утробе матери и в детстве. Интеграция Души и тела происходит на протяжении всей жизни.

И именно конечный результат и то, как мы завершим своё путешествие, имеет самое большое значение. Душа и мозг нового тела начинают своё взаимодействие в этом воплощении как два отдельных, индивидуальных существа и в конечном итоге, в конце жизни в идеале, становятся одним умом.

В течение нашей жизни Душа и тело настолько сплетаются, что двойственность личности может смутить нас и заставить задуматься о том, кем же мы на самом деле являемся. Какую часть себя слушать? Мало кто признаётся кому-то, что в нём живут две личности. А вдруг подумают, что шизофреник?! Сложности взаимодействия между телом и Душой отражают процесс длительной эволюции человека на Земле.

Наш современный мозг всё ещё имеет древние разделы,<sup>73</sup> отвечающие за выживание. Некоторые люди в регрессии рассказывают о том, что им приходится соприкасаться с примитивными разделами мозга, когда они входят в плод.

---

<sup>73</sup> Рептильная и лимбическая система

Эти участки мозга контролируют наши интуитивные, физические реакции, рефлексy, воспринимающие внешний мир через чувства, обуславливающие его действия и реакции.

Именно с этим функциональным организмом, созданным до появления Души, должна соединиться Душа в теле матери. Именно в этом плоде начинается сотрудничество тела и Душа.

Именно душа, взаимодействуя с умом тела, создаёт уникальную личность единого Я. Хотя физический организм тела умирает, Душа никогда не забывает тело, которое она занимала и которое давало ей возможность приобрести опыт существования на Земле в определённое время и в определённом месте.

### **Тело даётся под задачи Души**

Каждое физическое тело имеет свою собственную уникальную цель, и понятия, идеи и суждения любого человеческого ума напрямую связаны с душой, которая занимает это тело.

Физиологи не знают, почему сильная эмоция может у одной личности вызвать иррациональное поведение, а у другой логические действия. Говорят, такой у человека тип нервной системы, но всё гораздо глубже, ответ лежит в душе.

Когда мы исследуем мозг человеческого тела плода в утробе матери, некоторые сразу видят, что мозговая структура плода точно отрегулирована и хорошие взаимодействия будут с душой, а у некоторых уже немного спутана.

Отрывок из регрессии Майкла Ньютона:

Субъект: «Не существует двух совершенно одинаковых мозгов. Когда я первоначально вошёл в лоно моей матери, я мягко соприкоснулся с мозгом. Я плавал... ища... исследуя... изучая.

Мне с самого начала ясно, легко или трудно будет взаимодействовать с этим мозгом. Я сразу понимаю, является ли ребёнок желанным или нет, и от этого зависит начало пути ребёнка — хорошее или плохое.

Когда я вхожу в плод нежеланного ребёнка, я могу изменить положение дел в позитивную сторону с помощью энергии. Когда я был молодой душой, я обычно не мог справиться с отчуждением между родителем и ребёнком, и я испытывал чувство разлуки.

Я работал с детьми на протяжении тысячелетий и могу справляться с любого рода ребёнком, которого мне дают, так что мы оба вместе достигаем наилучшей формы. Мне слишком многое нужно сделать в жизни, поэтому я не могу позволить, чтобы недостаточно совершенное тело тормозило меня».

Некоторые способны быстро приспособиться, оказавшись внутри плода. Один клиент очень прямо выразился на этот счёт: «Когда сложная, высоко продвинутая Душа соединяется с инертным мозгом, это подобно тому, как если бы скаковую лошадь запрягли в одну упряжку с рабочей лошадью».

Но всегда существуют кармические причины для всех предлагаемых комбинаций Души и тела. Кроме того, высокий коэффициент интеллектуальности не является показателем продвинутой Души. Не низкий коэффициент, а обеспокоенный, нерациональный ум создаёт проблемы для менее опытных Душ. Что касается сочетаний тела и Души, то различные варианты предлагаются нам для того, чтобы мы имели больше разнообразных жизненных проектов.

Планировщики будущих жизней не заинтересованы в том, чтобы огоршить ничего не подозревающую Душу телом «низкого качества». Каждая комбинация тела и Души имеет смысл для обоих эго.

### **Душа выражает себя через тело**

Тело предоставляет Душе возможность физического, ментального, творческого выражения. Мы можем через тело прочувствовать как сильную радость, так и большую боль, как душевную, так и физическую. Физическое тело даёт возможность творить в очень плотном мире, реализовывать идеи высшего начала через нас. Урок этого слияния двух умов в земном воплощении заключается в формировании гармоничного единения тела и Души, чтобы они функционировали как единое целое.

Отрывок из регрессии Майкла Ньютона:

Субъект: «Я очень непостоянная Душа, имеющая склонность действовать стремительно и быстро, и я предпочитаю агрессивные тела с темпераментом, соответствующим моим наклонностям. Мы называем такого рода комбинации зеркальных образов «дубль-дубль». Я могу вообще никогда не замедлять своего темпа. Должен признать, что спокойные тела с невоинственным умом действительно успокаивают меня, но тогда я становлюсь очень ленивым и самодовольным».

Другой человек о своём тандеме:

«Я хорошо себя чувствую в эмоционально холодных телах. Я также люблю аналитический ум, чтобы мы могли подумать перед тем, как что-то предпринять. Внутри этого тела я словно на «русских (американских для русскоязычного населения) горках». Оно так безрассудно

и опрометчиво вовлекается в различные ситуации — я хочу сказать, что я стараюсь удержать её, но оно настолько выходит из-под контроля, что мы оба страдаем. Однако радости также хватает — это дикая скачка так захватывает!»

### **Конфликт Ума Души и Ума Тела**

Почему иногда Душа не может находиться в гармонии с нашим телом? Её вечная природа оказывается под влиянием качеств и характера ума тела, который как бы бросает вызов Душе, испытывая её на зрелость.

Например, Душа имеет задание на эту инкарнацию преодолеть потребность контролировать других людей, а тело склонно к конфронтации, тем самым Душа не очень хорошо сочетается с телесным эго.

С другой стороны, осторожная, низкоэнергетическая Душа может выбрать тело с довольно пассивной, интровертной природой, чтобы развить храбрость в согласии с телом. Спугнули одного, а второй раньше другого запрыгнул под куст, и оба трясутся. И тут тандем будет похож на то, как два пьяных идут по дороге, поддерживая друг друга.

Планировщики выбирают для нас тела с таким расчётом, чтобы их определённые характеристики могли соединиться с изъянами нашей природы, формируя, таким образом, особые комбинации личности, как бы новые варианты.

### **Пример сложного вхождения в тело**

Субъект на сеансе регрессии М. Ньютона: Три жизни назад я соединился с очень жёстким, невосприимчивым мозгом. Казалось, что моё присутствие было нежелательным. Это для меня было необычным, потому что большинство моих тел было согласно с моим присутствием. Как правило, меня сразу принимали за своего.

Это был туповатый ум, находящийся в глубоком энергетическом тупике. Моё прибытие было своего рода вторжением в его инертное ментальное поле... составные части мозга... были изолированы друг от друга... создавая сопротивление... общению.

Летаргический ум требует больше усилий с моей стороны. Он сопротивляется изменению. Я побудил этот ум думать, а он вовсе не любознательный ум. В сфере выбора жизни (в Круге) я видел конечный результат, т. е. взрослый ум, но не видел всех трудностей с детским умом... в самом начале. В конце концов, я был принят, и мы приспособились друг к другу.

Ум, имеющий чрезмерную плотность в определённых участках, означает, что там есть блоки,

препятствующие эффективности деятельности нейронов. Я хочу приспособиться к этим блокам на пути с помощью своей энергии — если это возможно, пока мозг ещё находится на стадии формирования. Вы можете изменить процесс развития мозга. Я стимулирую эти участки. В утробе Душа осознаёт себя ещё как Душа и имеет влияние на тело и даже на эмоции и чувства матери.

В процессе жизни Душа и тело постоянно развиваются. Душа постоянно воздействует ментальной телепатией на мозг, побуждая к сотрудничеству, интеграции и взаимопониманию. Тело ценит помощь души, потому что её главная цель — помочь телу преодолеть страх, успокоить его и заверить, что всё будет хорошо.

Многие маленькие дети говорят с собой, как если бы они играли с каким-то воображаемым другом. Не Душа ли это? Так и есть! Старые люди тоже много говорят с собой. Они готовятся со своей Душой к расставанию на другом конце своего пути.

Другой отрывок из регрессии М. Ньютона, вопрос клиенту: «В целом, как Вы в жизни после жизни относитесь к возвращению на Землю?»

СУБЪЕКТ: Как к подарку. Это такая многогранная планета. Конечно, это место приносит сердечную боль, но оно также восхитительно и невероятно прекрасно. Человеческое тело — это чудо формы и структуры. Я всегда с благоговением отношусь к каждому новому телу, к многочисленным способам выражения себя в них, особенно к самому важному способу — любви». Майкл Ньютон «Путешествие души».

И мои ученики тоже столкнулись с этим во время отработки техник на курсе «Регрессия в прошлые жизни и Тонкий мир». Впечатления Души студентки о вхождении в тело.

«С. Р.: Здравствуйте, девочки! Хочу поделиться своими мыслями насчёт похода в Детство на прошлой неделе, может, кому-то в чём-то поможет. Мы работали с Н. С. Работа была интересной и неожиданной. Очень значимым моментом для меня было то, что мне удалось почувствовать, что испытывала моя Душа в момент вхождения в тело. Для меня это было полной неожиданностью, поскольку, как оказалось, моя Душа совсем не хотела входить «в то, что очень маленькое и плотное, что находится внизу» (глазами Души).

Меня это сильно удивило, поскольку я думала, что Душа знает, на что идёт, и уже к этому готова... А когда Душа вошла наконец в Тело, то ей довелось сильно приспособливаться, чтоб там находиться и учиться как бы «пользоваться» телом, это как «инструмент есть, а руководство по эксплуатации дать забыли». Хотя Тело Душу приняло спокойно, всё же был



сильный дисбаланс между умом Души и умом Тела. Кто бы мог подумать, что такое вообще возможно???

Это очень необычный опыт — «пережить» и почувствовать то, через что прошла твоя Душа перед твоим рождением. Столько интересного можно узнать!!! В результате пришло понимание многих вещей. Мы сделали гармонизацию Ума Души и Ума Тела, появился новый образ в результате слияния этих двух, но главное — появилось чувство какой-то завершённости. Спасибо, Н., за твоё терпение и чуткий подход.

Хочу поделиться ещё одним наблюдением. Когда я водила людей в детство как оператор, то сталкивалось каждый раз почти с одним и тем же. Душа не хочет входить в зародыш, ей «хочется домой», ей некомфортно в теле, она как бы смиряется с тем, что ей нужно находиться в теле и тому подобное... У одной девочки, с которой я работала, когда мы дошли до внутриутробного периода

и момента вхождения Души в Тело, даже на физике началась боль в области живота, тошнота, сильный холод в ногах, ощущение распираания, хотя девочка совсем не новичок... Поэтому, исходя из того, с чем я столкнулась, вижу, что тема ума Души и ума Тела достаточно непростая и намного глубже, чем кажется на первый взгляд. Спасибо Вам, Полина, за технику и за такую ценную и важную информацию на эту тему».

Для того чтобы мы лучше понимали, что с нами происходит, нужно знать особенности нашего биологического тела. Коротко о главном.

### Система триединого мозга

Человеческий мозг условно можно разделить на три составляющие.

**Рептильный мозг** (R-комплекс). Достался нам в наследство от рептилий и сформировался более 400 миллионов лет назад. Оказывает фундаментальное (основное) влияние на наше поведение. Это наши рефлексy и инстинкты. Отвечает за безопасность вида и управляет базовым поведением. Это инстинкт размножения, защита своей территории, агрессия, желание всем обладать и всё контролировать, следование шаблонам, борьба за власть. Его функции достаточно просты. «Бежать — сражаться — замереть». Он очень полезен для немедленных реакций. Сначала реакция, затем осмысление. В этом смысле это наш «автопилот», которым сознательно мы управлять не можем. Его главная задача — защита тела. Он настроен на оборону, он всегда «на страже» и высматривает опасность для

организма/тела. Это наша «злая собака». Но в большей степени эта часть мозга в наше время ошибается. Почему? Опасности нет, как в каменном веке, а она брешет и кидается на всё и всех, что проходит мимо её глаз, отсюда вред для других частей мозга.

А также считается, что именно рептильный мозг выполняет функции передатчика и приёмника информации из высших и многомерных измерений и именно через него проявляется то, что мы называем подсознанием. По сути, третий глаз находится именно там (в шишковидной железе).

**Лимбическая система** — «эмоциональный мозг», отвечает за эмоции и чувства. Его возраст примерно 100 миллионов лет. Это наследство от древних млекопитающих. Он управляет социальным поведением, материнской заботой и воспитанием. Социальные инстинкты — культурные и религиозные традиции. Он участвует в регуляции функций внутренних органов, обоняния, инстинктивного поведения, переживаний, памяти, сна, бодрствования и др. Этот мозг на 98% идентичен мозгу «братьев наших меньших». Эмоциональный мозг считается главным генератором эмоций, связывает эмоциональную и физическую деятельность. Здесь зарождаются страх, веселье, смена настроений и все остальные чувства.

**Неокортекс.** Самая молодая структура нашего мозга. Это рациональный разум, он появился лишь несколько тысячелетий назад. Он позволяет нам мыслить, благодаря ему мы умеем писать, говорить и строить планы, анализировать, прогнозировать и осознанно контролировать себя и пространство.

Американский учёный Пол Маклин, автор модели структуры мозга, эту систему назвал «триединым мозгом», он говорил: «Мы должны посмотреть на себя и на мир глазами трёх совершенно разных личностей, две из которых не вооружены речью». Человеческий мозг, считает Маклин, «равнозначен трём взаимосвязанным биологическим компьютерам», из которых каждый имеет «свой собственный разум, своё собственное чувство времени и пространства, собственную память, двигательную и другие функции». Т. е. это разные офисы одного предприятия, и они могут работать совершенно не согласованно, у одного своя свадьба, у другого могут быть похороны.

Отсюда происходят конфликты личности. Кто-то ведётся только на инстинкты, кто-то эмоционален, им движут эмоции (лимбическая система), а кто-то до предела рационален, только голая логика управляет человеком, он совсем не слушает интуицию и шестое чувство. И гармония с собой во многом зависит в большей степени от того, как согласованы эти три

части. Есть ещё одна часть — Душа. Многое зависит от того, как мы слышим голос своей Души, это голос мудрости и рассудительности. Кто-то называет это совестью.

Одной из главных задач работ каждой Души является достижение согласованности частей мозга и души. Возвращение человека к состоянию целостности. Маклин утверждает, что первичные инстинкты и содержимое рептильного мозга лежат намного глубже и оказывают на нас более существенное влияние, чем убеждения неокортекса (разума). И это совершенная правда!

Приблизительно вот так выглядит противостояние внутренних частей личности. Передаю слово моей коллеге.

### **Народное сообщество всех обиженных**

«В здании НСВО (или, по-другому, Народное Сообщество Всех Обиженных) как всегда дела кипели. Из кабинета в кабинет бегала искромётная Инициатива, и вот, наконец, когда последние материалы дела были положены на стол Верховному Разуму (хотя в народе его называли просто — Неокортекс или, ещё проще, Нео), слушание началось.

— Рассмотрев дело об умышленном неисполнении своих прямых обязанностей, мы пришли к выводу, что стороны должны объясниться лично, — важно начал разговор Верховный Разум, он же Неокортекс, он же Нео. — Итак, первым начнёт... Все как-то поутихли, затушевались, даже как будто стали ниже ростом, пытаюсь пригнуть свои головы пониже. Хотя один сидел весьма вальяжно, но впрочем, он всегда вёл себя подобным образом, так как частенько выходил «сухим» из воды. Лишь одной Инициативе, как всегда, не сиделось на месте.

— Можно я принесу ещё фотоматериал? — затараторила она.

Нео лишь снисходительно подал знак рукой, чтобы Инициатива пока помолчала.

— Итак, Лень — прошу Вас.

Как и требовалось ожидать, Лени вообще было безразлично, где она, что и когда. Её активно начали подталкивать к трибуне, однако реакция отсутствовала напрочь.

— А что сразу я? — вдруг простонала она. — Чуть что, сразу Лень виновата. Я вообще тихо лежу себе целыми днями, никого не трогаю, ни с кем не разговариваю. Ни при чём я. Я воздержусь, — уже спокойно закончила она и плавно шмякнулась обратно на стул, почти растекаясь в бесформенную амёбу.

Нео машинально потёр затылок карандашом и быстренько подумал, что и правда от Лени

хоть чего-то добиться... Ай...

— Тогда... Неуверенность! Может, хотя бы Вы прольёте нам весь свет на сложившуюся ситуацию?

Неуверенность стала быстро бегать глазами, будто бы сейчас обратились и не к ней вовсе.

Нервно теребя заранее заготовленный платочек, она догадалась, что сегодня этот номер всё-таки не пройдёт, и стала использовать более тяжёлую артиллерию... мандраж. Да, она просто затряслась всем телом.

— Я...я...я не уве... рена, что правильной было бы начать с меня, — пустила она в ход последнее, что пришло в её голову. Но Нео всем своим видом показал, что обратной дороги — нет. — Я человек подневольный, как скажут, так и сделаю... Хотя, — вдруг почувствовала Неуверенность в себе силы, — я что-то припоминаю. Да, да. Я, несомненно, предупреждала, что именно так и будет. Да, так и было, — облегчённо выдохнув, присела она обратно на своё место.

Нео только сдвинул брови и ткнул пальцем в следующего ответчика.

— Саботажник здесь?

— А как же! — задорно выбежал он на трибуну. — Могу сразу признаться, что я-то уж точно не виноват. Я и так и сяк, хотел как лучше. Ну, Вы понимаете, да? Чтоб, как говорится, и овцы целы, и волки сыты. А тут получается, я всех предупредил, разъяснения дал, обговорил детали и даже в красках расписал последствия. И что, по-вашему — это сразу статья? — завозмутился Саботажник. — Я протестую. Я требую адвоката! Я ещё и компенсацию затребую!

Нео теперь приподнял брови в удивлении. «Да, к нему вообще без возмещения ущерба не подходи. Дешевле его совсем не трогать», — пронеслось в его голове.

— Страх — пройдите! — рявкнул отчего-то Нео громче.

Страх, естественно, воспринял это на свой счёт и сжался ещё сильнее. Его не на шутку лихорадило, бросая из ледящего холода в раскалённый жар. Но сегодня и он на редкость такого поведения взял себя в руки и хотя бы встал с места.

— Я Вас внимательно слушаю...

— Это я Вас слушаю, товарищ... Страх, — ещё более важно заговорил Верховный Разум. — Что случилось сегодня утром, а?

— Я...я..., — стал заикаться и без того пугливый страх, — погода очень испортилась.

— И что?

— Как что, Ваше прево... разумство, холодно, зябко, я страсть как боюсь простудиться...

— Теплее одеваться пробовали? — стал дожимать Нео единственного нормального подсудимого, так как со Страхом это было сделать легче всего.

— Я хотел, ей-богу, только...

— Ну, говорите! — в нетерпении ждал Нео.

— Я боюсь... все смотрят, и потом... он обещал со мной разделаться, если я вдруг сболтну лишнего.

— Тьфу на вас! — откровенно выругался Нео. — Что за день! Инициатива?!

— Да, да, — чуть не подпрыгнула она.

— В материалах дела числится ещё некая Самооценка, где она?

— Сейчас, сейчас, — и Инициатива побежала в коридор, чтобы пригласить Самооценку в зал заседания.

Однако процесс ожидания обоих весьма затянулся. И без того напряжённая обстановка стала уже метать молнии со стороны Верховного Разума, точнее, Неокортекса, ещё точнее, Нео.

— Гражданка Инициатива, вернитесь обратно к процессу, — чётко и кратко произнёс Нео в маленький аппарат, лежащий возле его рук.

Инициатива не заставила себя долго ждать и уже стояла перед Нео, тихо нащёптывая ему происходящее.

— Простите меня, но она там так рыдает, так критикует себя, даже обвиняет, что мне стало жаль её. Пришлось заплакать вместе с ней. Но безрезультатно. Она рыдает и отказывается показываться на людях, так как утверждает, что слишком... низкая, — последнее слово она сказала очень тихо, почти стыдась, что произнесла его.

В зале образовалась крошечная тишина. Неокортекс вздохнул. Потом кашлянул пару раз.

Затем пристально обвёл зал пытливым взглядом. Леня как сидела полусонная, так и продолжает досматривать утреннее сновидение. Неуверенность грызла ногти. Страх вжался в стул, до макушки закутавшись шарфом. Самооценка слишком низкая и рыдает где-то за пределами зала. Один лишь саботажник дерзко потряхивает ботинком, показывая своим видом, что своё он получит сполна.

— Рассмотрев дело, — медленно начал Нео, — выслушав все доводы сторон, суд пришёл к единому мнению, что это заранее спланированный — сговор! Посему, виноватыми считать абсолютно всех! Приговор вступает в действие с этой минуты и никакому обжалованию не подлежит! А теперь... МАРШ В МАГАЗИН ЗА МОЛОКОМ, Я СКАЗАЛ!»

Психолог, регрессолог – Ольга Сорокина.<sup>74</sup>

### **Страхи — это производные тела и прошлого опыта**

*Внутри каждого из нас есть Источник чистой энергии, как личное солнце.*

*Это особенно ярко видно на детях.*

*Но когда мы становимся взрослыми, мы постепенно забываем,*

*как им пользоваться.*

*Atatkf*

Страх — это реакции человеческого тела на внешние раздражители. Страх заставляет любое живое существо, в том числе человека, выживать любой ценой. И до определённой степени это на пользу телу и Душе, но в большей степени страх — это сдерживающий фактор на пути развития души. Самые страшные страхи — это страх будущего и неизвестности, страх стать изгоем, страх публичных выступлений; кстати, страх смерти не самый страшный. Есть индивидуальные страхи, которые я выявляю в регрессивных сеансах. Обычный перечень: страх за близких, страх потерять здоровье, страх отношений, предательства, измены, семейной жизни, рожать детей, страх иметь большие деньги.<sup>75</sup>

### **Привет из прошлого**

*Страх — это эмоциональное состояние,*

*вызванное отсутствием ответов на воспоминания, причиняющие боль.*

*Ишхан Геворгян*

Хороший пример из моей практики. У одной женщины была подсознательная программа «нужно быстро избавиться от денег». Она её заметила, за что ей честь и хвала. Обычно эти программы не видно. Человек неосознанно по ним живёт. Мы пошли в прошлую жизнь, и там показали следующий сюжет. Её и мужа убивают собственные дети из-за денег. В момент смерти, в пик эмоциональной сцены, у неё якорится (закрепляется) связка-

---

<sup>74</sup><http://sorokina-olga.ru>

<sup>75</sup> Многих раскулачивали и отбирали материальные блага, и это закорилось через мозг на уровне лимбической и рептильной части мозга, оставив отпечаток на уровне генетики...

убеждение «деньги — это смертельная опасность». В будущей жизни это негативная программа активирована для проработки этого урока и работает в скрытом режиме. И человек, сам того не замечая, быстро избавляется от денег.

Или в прошлой жизни женщина живёт в семье, где 8 мужчин, её братьев, и плюс ещё отец. Мать умерла, она одна хозяйка в доме, на которой все заботы. Мужское окружение её замучило буквально, да так, что её от мужчин воротит и по сей день. Ну, устала она в прошлом от мужского коллектива. В следующей жизни это сказалось так, две программы вступили в конфликт. С одной стороны её толкает социальный инстинкт — женщина должна быть востребованной, нужно выходить замуж, хочется защиты, любви и внимания. С другой стороны, её воротит от заботы о мужчине. Страх испытать те же чувства гораздо сильнее, чем первая программа. Вот и мается женщина между двух огней, даже не понимая первопричин.

Я привела всего лишь пару примеров, но на самом деле таких якорений в каждом человеке сидит предостаточно. На разные темы и на разный вкус. Обычно мы легко распознаём эти программы у человека в сеансах регрессии на моих курсах или индивидуальных консультациях. Так что, если кому интересно, милости просим к нам на огонёк, на годовой курс начальной или высшей школы парапсихологии «Мир души». Но с этим можно работать и через знание. Как я говорю, осознание — это половина дела. Далее просто нужно знать схемы, как с этим работать, иметь инструменты, и я Вам в этой книге их дам на все 100%.

Упражнение «Вычерпывание плюсов» справляется с этими программами очень хорошо. И Вы с ним чуть ниже ознакомитесь. В тоже время я хочу рассказать о другой стороне медали страхов, об энергоинформационных закономерностях, проще говоря, о том, что происходит за кулисами на Тонком плане, когда человек боится.

### Страхи Тонкого мира

*Всё нечистое питается страхом*

*Ишхан Геворкян*

Примечание!!! Постарайтесь читать этот отрывок очень спокойно без эмоций и причитаний «Ах!» и «Ох!» Почему? Вы узнаете из этого же отрывка. Ровно, нейтрально принимайте данную информацию. Итак, поехали.

Что происходит, когда мать боится за своего ребёнка — неважно по какой теме, может,

заболел, может, задерживается где-то. Мать неосознанно становится проводником для своего ребёнка в мир низших вибраций, в низший астрал. Помните шкалу вибраций Хокинса? Вот мать начинает излучать подобную частоту и сама оказывается практически на самом дне энергетических миров. Тянет своего ребёнка вниз, потому что связь с ним очень сильна. Что происходит в низшем астрале с мамой? Она попадает в эгрегор страха.

### **Что такое эгрегор?**

Что такое эгрегор, понять очень просто. Есть социальные группы: семья, род, народ, государство, рабочий или музыкальный коллектив, партия и т. д. Есть группы полевого социума, только собираются они не по физическим параметрам, а по подобию биополей. Эгрегор — тонкая живая сущность, которую в простом понимании можно назвать аурой группы людей, т. е. той частью психической энергии, которая относится к группе как к единому целому. Энергетика эгрегора может быть весьма значительной, если группа многочисленна.

Эгрегоры собираются на Тонком плане по нескольким критериям — территориальность (проживание в одном доме, в одном государстве), генетическая схожесть (семья, род, народ), идейность (партия, мировоззрение, религия), одинаковость мысли или действия.

В эгрегорах действуют законы перераспределения информации и энергии. Эгрегор начинает передавать общую (групповую) энергию и информацию отдельным членам в зависимости от его намерений. Попав в среду интересов эгрегора, человек оказывается как бы внутри резонатора, усиливающего необходимое воздействие и способного излучать энергию непрерывно в течение неограниченного времени.

Примером зависимости человека от намерений эгрегора может служить влияние толпы (в психологии известен, как «эффект толпы») на отдельных людей, случайно попавших в необычную обстановку. Противостоять такому воздействию и не поддаться панике, удержаться от участия в кровавых погромах могут люди с мощным интеллектом. Это же относится к тем, кто желает покончить со своим криминальным прошлым, находясь в тюрьме или в других криминальных системах. Из такого эгрегора не так-то легко и выйти. Именно поэтому зависимым людям нужно помогать, учитывая энергетикоинформационные законы.

Нужно сказать, что групповые эгрегоры хорошо известны специалистам. Уже созданы многочисленные методики для использования большой энергии эгрегоров (например, методики по ускоренному изучению иностранного языка, методика проведения «мозгового



штурма» и т. д.).

### Высшие и низшие эгрегоры

*Когда-то давно старый индеец рассказал своему внуку одну жизненную истину.*

*— Внутри каждого человека идёт борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло — зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро — мир, любовь, надежду, любезность, истину, доброту, верность...*

*Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:*

*— А какой волк в конце побеждает?*

*Лицо старого индейца тронула едва заметная улыбка и он ответил:*

*— Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.*

Есть эгрегоры Высшего порядка — позитивные миры, а есть эгрегоры низкого уровня. Если одновременно люди испытывают одни и те же чувства, эмоции, мыслят в одном русле, то моментально на Тонком плане образуется эгрегор в виде «энергетического облака». Чем больше людей думают одинаково, тем масштабней эта эгрегорная сущность. Она разумна до какой-то степени, но действует в своих интересах, воздействуя на людей. Многое зависит от того, кто возглавляет эту энергоинформационную структуру и какие имеет намерения.

Если большая часть людей негативно мыслит и намерения негативные, то и эгрегор тёмный по своим намерениям.

Каждый эгрегор воздействует на человека через энергетику и мысли, посылаемые ему в сознание. Думаю, что многие попадали в такие ситуации, когда в хорошем настроении приходили в компанию, которая конфликтовала, что с Вами происходило? Как правило, отвечают, что тут же чувствовалось понижение настроения, ухудшалось даже самочувствие на уровне физического тела, приходят плохие мысли. И наоборот. Вы попадаете в плохом настроении в хорошую позитивную компанию, и у Вас моментально улучшается настрой, Вы расцветаете в улыбке. Это есть воздействие эгрегора на Вас.

### Самый сильный негативный эгрегор

*Страх — это глубочайшая бездна, в которой гибнут люди и народы.*

*Автор неизвестен*

Сила эгрегора зависит от количества душ, находящихся в нём. Например, если на нашей планете сейчас находятся в депрессии несколько миллионов людей, представьте силу этого эгрегора. Самый сильный из негативных — это эгрегор страха. Там сидит на данный момент времени большая часть человечества. Что происходит с человеком в этот момент? Давайте вспомним маму, которая, боясь за своего ребёнка, моментально оказывается в этой огромной энергоинформационной структуре по подобию мысли. Негативный эгрегор тут же обрадовался своей жертве, как паук, набрасывается на лакомый кусочек и начинает вкидывать человеку мысли негативного свойства: «Да, твоя дочка попала в ужасные руки, её изнасилуют, она забеременеет, кому она нужна будет... пойдёт по рукам, а кто будет сидеть с ребёнком?» и прочее. Человек по незнанию, думает, что это мысли его. Друзья мои, не тут-то было! Уже давно доказано, что большая часть мыслей приходит извне.

### Негативные мысли приходят извне

*Чертей бояться — пить надо бросать.*

*Илья Герчиков*

Психиатр Геннадий Крохалев доказал это многочисленными экспериментами со своими пациентами (алкоголиками и психически больными). Он обосновал, что внутренние «голоса» и зрительные галлюцинации у пациентов имеют экзогенное, т. е. внешнее, происхождение. Во всяком случае, по его словам, все болезненные явления (страшные мысли и видения) прекращаются при условии пребывания больного в экранированном (с отсутствием радиоволн, различных излучений и магнитных полей) помещении с толстыми стенами, а при выходе из него эти видения и мысли возобновляются. Геннадий Павлович считает, что эффект экранирования доказывает существование невидимого тонкого (астрального) мира с отрицательной энергетикой, соответствующим образом влияющей на больного. Вы можете сами легко найти подтверждения в интернете об этих экспериментах. Все правительства мира знают об эгрегорах, знают их особенности и используют их в полной мере для

манипуляции человечеством. Главное, дорогой друг, сейчас спокойно дочитываем эту информацию, без эмоций, «АХ» -ов и «ОХ» -ов, чтобы не свалиться в этот же низший астрал, вернее, быть на позитивных вибрациях. Далее получаем рецепт, что с этим делать.

### **Зачем эгрегор вкидывает негативные мысли?**

*Страх — инструмент кукловода.*

*Znarim*

Негативные эгрегоры из-за своей деструктивной деятельности отрезаны от Высшего источника Света и любви. Его единственный источник питания — человеческие эмоции, чтобы питаться энергетикой страха. Негативные эмоции (раздражение, обида, ненависть, агрессия, претензия, осуждение, чувство вины и прочее) — это всё очень вкусно для низшего астрала. Он подливает масла в огонь, раскручивая человеку мексиканские сериалы; или это можно сравнить с раздутием из мухи целого слона или даже целого зоопарка. Многие люди жалуются на нехватку энергии, куда же она «испаряется», как Вы думаете? На самом деле, энергии у человека бы на всё хватало, если он не сливал её в низший астрал. Кстати, эгрегор больных тоже очень масштабный, пара миллиардов точно будет. Соответственно, все мысли о страшных болезнях, их последствиях, боли и страданиях тут же долетают до тех, кто постоянно в этих состояниях пребывает. Но помним, что всегда есть выход, и он чуть ниже в позитивных красках будет Вам предложен.

Но вернёмся к маме с её волнениями за ребёнка. Мало того, что она сама стала жертвой эгрегора, она ещё стала и проводником из этого эгрегора к своему ребёнку. И если ребёнок тоже пребывает в негативных мыслях, то вот Вам усиление эффекта слива энергетики. Да к тому же мы сами формируем себе будущее на уровне элементарных частиц, т. е. фантазии, которые проигрывала мама, могут воплотиться в реальность с большей вероятностью.

### **Сам себе режиссёр!**

Помним ещё один важный Высший закон — притяжение. Выше я Вам рассказывала, что он подтверждается в науке. Открытие торсионного поля объясняет многие понятия, в частности Закон Притяжения плохого и хорошего в нашей жизни. Торсионные поля бывают правозакрученные и левозакрученные. То есть позитивного и негативного заряда. Поля с одинаковым зарядом притягиваются, с разными — отталкиваются. Именно это

подтверждается жизнью: мы сами притягиваем те обстоятельства, которые в наших мыслях. Опыт моей коллеги Ольги Сорокиной. Отрывок из чата группы по регрессии.

«Я вставлю свой комментарий, только, как обычно, берём для себя только то, что откликается. У меня просто на прошлой неделе была почти аналогичная ситуация. Мы приехали в гости к родителям мужа, и там мой Степка (ему 3 года) навёл приличный порядок в комнате деда (т. е. беспорядок). Всё раскидал из шкафов и тумбочек. Я в это время была в другой комнате, работала за компом. Увидела я, а точнее, услышала о том, что он там сделал, когда в комнату вошёл дед и начал изрядно материться. Вроде бы про себя, т. е. не очень громко, но достаточно слышно для моих ушей из другой комнаты. Возможно, он просто выражал так своё недовольство, что ему приходится всё это убирать, но со стороны я слышала это так, как будто он его материт. Честно, мне стало очень неприятно. В голове сразу побежали мысли, что, мол, как так дед может ругать собственного внука подобным образом. Однако я не вмешалась, а лишь издали ворчала про себя и осознавала, что моим УШАМ это очень неприятно, что Степа вообще сейчас подцепит от него эту программу мата и это негативно скажется на нём. И что Вы думаете, он и правда заболел через день после этой поездки, и у него заболело УХО. Когда я задалась вопросом, отчего это может быть, мне сразу вспомнился этот эпизод. Я поняла, что это именно я словила программу для сына. Неважно, что дед матерился, ничего бы такого не произошло, если бы я не придала этому значения. Это я поймала программу, ещё и сама активировала её, подумав, что после такой атаки он может заболеть. Так и произошло. После того, как я обнаружила это, я заболела сама, сыну стало легче. Вывод: зачастую мы сами ловим эти программки и являемся проводниками для своих близких».

### **Что делать с негативными мыслями?**

*Отдели смятение от его причины, смотри на само дело — и ты убедишься,  
что в любом из них нет ничего страшного, кроме самого страха.*

*Сенека*

Вы уже наверняка поняли, что нужно делать человеку, когда приходят плохие мысли? Гнать их подальше в буквальном смысле: «Иди, милый, откуда пришёл! А то любовь и благодарность нашлю...» Ох, они таких вибраций не переваривают в буквальном смысле.

Не по зубам им эта энергия. Резонанс другой, более низкого порядка. Так что можете действительно их поблагодарить, и они умчатся вдалеке...

### **Пример моей участницы тренинга «Регрессия в прошлые жизни...»:**

«Девочки, дорогие, спасибо Вам за обратную связь, за вдохновляющие слова. Хочу немного поделиться мыслями. Когда читала все ваши мега-шикарные отзывы о тренинге и собиралась тоже писать свой, забежала предательская мысль «у тебя так красиво не получится». Я её, по совету Полины, отправила погулять в парк. Заглянула следующая: «Ну ладно, пиши. Может быть, у тех, кто читает отзывы, хоть не возникнет комплекса неполноценности от того, что на тренинг едут только талантливые люди, пусть там будет твой отзыв». Я её тоже отправила погулять. Просто погрузилась в процесс и испытала от этого огромное удовольствие. Это, наверное, тоже продолжение эффекта тренинга, а также чтения книги Полины «Миф о неуверенных...» и её напутствия «Направь энергию своей неуверенности на достижение своих целей!!!» Ведь, действительно, на неуверенность тратится огромное количество энергии. Всё так просто, оказывается... :) :) :)»

А лучше поймать эту мысль и трансформировать по позитивной формуле. Таким образом, Вы чистите пространство нашего Космоса. Чем не Миссия, а? Вселенная нуждается в таких специалистах. Подумайте об этом. Если надумаете им стать, то просто создайте намерение: «С этого дня я очищаю пространство вокруг Земли от негатива, трансформируя его в Высокие вибрации». А после этого начинайте ловить негативные программы вокруг себя и переформулировать в позитивные. Пример, близкий человек рядом говорит: «Она опять напьётся и будет дебоширить». Вы трансформируете: «Ну, что ты?! Всё будет хорошо, она справится сегодня, ей просто нужно немного любви и понимания. Давай мысленно пошлём ей поддержку в виде сердечка, и представим, как она её получает. И ты увидишь, что всё будет хорошо!»

### **Негативные мысли не Ваши!**

*Наши страхи на девяносто процентов относятся к тому,  
что никогда не случится.*

*М. Тэтчер*

Помните, негативные мысли не Ваши! Они Вас провоцируют, чтобы Вы производили корм

для питания глобальных систем тонкого низшего плана. Оно Вам надо? Конечно, в это можно не верить, на всё свобода выбора. Хотя телепатию доказали ещё в 1920-е гг. наши учёные Павлов, Бехтерев и дрессировщик Дуров. Их эксперименты с собаками показали, что мысленно можно управлять поведением животных. Собака чётко выполняла их команды, вплоть до мелочей (почитайте об этом подробно в Интернете). Также и эгрегоры управляют нами — высшее существо управляет низшим. Этого избежать нельзя, потому что это естественные законы мироздания. Мы можем только выбирать эти эгрегоры — полевые социумы. Как? Какие Ваши мысли, в таком эгрегоре Вы и находитесь. Думайте позитивно, и Вы всегда будете в надёжных руках. Жить в ладу и в сотрудничестве с Высшими силами и проводить высшие идеи в жизнь на плотном плане через эгрегоры Светлых сил.

### **Свобода воли!**

*Воля может и должна быть предметом гордости гораздо больше, нежели талант.  
Если талант — это развитие природных склонностей, то твёрдая воля — это  
ежесекундно одерживаемая победа над инстинктами, над влечениями....*

*Оноре де Бальзак*

Моя задача — донести до Вас Законы мироздания. Ваша задача — использовать эти Законы или жить, как Вы посчитаете для себя полезным. Ну, а для тех, кто всё же решил идти Светлым путём, хочу Вам напомнить, что эгрегоры бывают позитивными, т. е.

высоковибрационными. Если Вы думаете позитивно, то в этой структуре происходит те же законы перераспределения энергии и информации. Только Вам уже будут приходиться позитивные мысли и идеи, так как Вы подключаетесь к самому Высшему источнику с безграничной энергией любви. Весь Космос пропитан этими вибрациями. Этот источник огромен, в отличие от низких земных негативных эгрегоров, они ничто по сравнению с ним!

Соответственно, если Вы на одной волне с Высшим позитивным миром, то у Вас будет энергии хоть отбавляй. Вы станете энергетическим миллионером. О том, как правильно работать с энергиями, мы ещё поговорим чуть ниже.

Помните, первый шаг всегда за Вами — где быть и в каких вибрациях купаться, в каком мире пребывать. Создайте намерение прямо сейчас, ответив на вопрос, где Вы хотите быть.

### **Я освещаю тебе путь!**

Что же делать нашей мамочке, которая волнуется о своём ребёнке? Да и Вам, когда негатив атакует? Думать только позитивно. Выстраивать только светлые и лучшие сценарии будущего. Помним формулу: ПОЗИТИВНЫЕ МЫСЛЕФОРМЫ + МЫСЛЕОБРАЗЫ + ВЕРА. Представлять через образы (мыслеобраз), приправляя хорошими словами (мыслеформа) и ВЕРИТЬ В ТО, ЧТО ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО. Например, вместо «Ох» -ов и «Ах» -ов (сигналов для низшего астрала!) думать и представлять: «Мой ребёнок выздоровел, он весело бегает и играет. Так и будет!» и т. д.

Но это первый этап, в реальности, при болезни своих близких, нужно их окутать словами любви и благодарности за важную роль в Вашей жизни. Расскажите в этот момент, как они значимы для Вас. Как Вам хорошо рядом с ними. Как здорово, что судьба Вас свела вместе. Расскажите о том, какой он хороший человек, и что его роль в жизни на Земле очень значима! Это будет настоящий спонсорский подарок для Вашего близкого. Он будет летать на высоте в буквальном и переносном смысле. Ваша задача — поднять вибрации себе и болеющему, тем самым выдержав его и себя из негативного эгрегора, наполнив его энергией Высшего порядка.

Да, и прекратите раскручивать «мексиканские сериалы» в дорогу своим близким. Мои ученики всегда в дорогу своим близким посылают луч света и лучший исход событий. И что самое интересное. Это помогает в реальном мире. Муж приезжает и рассказывает, что были трудности, но всё заканчивалось хорошо, и что чувствовал, что ему кто-то помогал. Именно так и есть, мой опыт подтверждает, что наши ангелы не помогают тем, кто пребывает в печали. Нам в Тонком мире показывают, что Они отворачиваются от человека после продолжительной попытки успокоить телепатически. Почему, спросите Вы, отворачиваются? Ему и так тяжело и нужна помощь. Одна моя клиентка даже расплакалась, когда её ангел сказал, что он ей не помогает в этот момент, он ждёт, когда она успокоится. Пока человек играет в «жертву», наставники стоят в стороне, потому что он закрыт от помощи!

### **Послание для всех от Высших Наставников**

«Люди, перестаньте бояться! Тот, кто боится, будет оставлен и не получит поддержки. Оставлен будет за то, что опустил руки, что не помогает сам себе, что не ищет помощи!» Как только человек перестаёт ныть, жалеть себя и утверждает в мысли: «Я буду делать свою жизнь сам! Я её хозяин», — к нему сразу же бегут на помощь ангелы и помогают во всём, что

нужно для решения задач. Всё складывается наилучшим образом. И ещё важный момент!  
ПОМНИТЕ!

### **Страх — это запрос во Вселенную о проработке этого урока**

*Бойтесь смерти?*

*Да не давайте ей просто жизни!*

*Леонид С. Сухоруков*

Страх — это запрос во Вселенную, как бы с просьбой реализовать его. Мы этого не хотим, боимся, но думаем и притягиваем для проработки этого урока, этой негативной программы. В самом начале книги я рассказывала о своей клиентке, которая своим страхом убила свою дочку. Она **ОЧЕНЬ СИЛЬНО** боялась за ребёнка, именно это и произошло. На Совете мудрецов в Тонком мире ей рассказали, что, если бы не её страх, дочь была бы жива. И опыт моих учеников этому подтверждение.

### **Буквализм Вселенского подсознания**

Моя ученица курса «Регрессия в прошлые жизни» удивительно для себя раскрыла тему «Сила мысли» на сеансе регрессии со своей напарницей. И я с большим удовольствием поделюсь этим опытом с Вами. Истории выкладываются всегда с разрешения участников курса!

Ирина Р.: «Хотела бы поделиться своими наблюдениями по последней работе с клиентом. Первое :-). На последнем занятии Регрессии был рассмотрен вопрос о буквализме. Полина рассказывала, как человек в трансе понимает слова буквально, и привела пример, как один из учеников в технике «поезд в детство» понял во время сеанса обращение оператора на «ВЫ» буквально, стал искать в утробе матери вторую душу. Мои заметки: это был яркий пример закона фрактальности.<sup>76</sup>

Мы как голограмма Вселенной. Как мы понимаем в трансе всё буквально, так и наши наставники или **ВСЕЛЕННАЯ** понимают наши слова в виде наших намерений или внутренних диалогов. Я о законе фрактальности много слышала и понимала это своим умом. А тут просто ещё один яркий пример о буквализме. Одна дама называет деньги

---

<sup>76</sup> Закон фрактальности закон единства.



§ ЗЕЛЁНЫМИ. Она создала намерение: «Хочу получить мешок зелёных». Через день она и получает мешок ЗЕЛЁНЫХ ОГУРЦОВ. Они ведь зелёные))). А что самое забавное, после подсчёта их оказалось ровно 100 штук.

### **Я погубила любимого своими мыслями**

Наши наставники нас обучают во время наших же сеансов, мы получаем знания о мироздании через наших клиентов или нас самих. Хочу привести ещё свой один пример.

Недавно провела сеанс регрессии как оператор. Нас привели в средние века. Затронуты были отношения МОЛОДОЙ ДЕВУШКИ И МОЛОДОГО ЧЕЛОВЕКА ВЫСОКИХ КРОВЕЙ.

Чувства девушки были очень сильными и глубокими.

События разворачиваемся таким образом, что молодой человек привозит девушку к себе и через короткое время уезжает с войском воевать куда-то далеко. Девушка в полном отчаянии и не хочет отпускать своего любимого. Она оказывается совсем одна в поместье молодого человека, девушка считает, что: что всё вокруг рухнуло, она не переставала переживать о своём любимом и думать о том, что с ним может что-то плохое случиться.

Эти переживания были ОЧЕНЬ СИЛЬНЫМИ, огромная тоска и печаль. (Мне как оператору эти чувства тоже передались.) В итоге: войско вернулось через какое-то время, неся тело погибшего молодого человека, любимого девушки. Девушка, увидя тело, упала рядом.

От горя жизнь девушки окончилась, она умерла. Далее мы стали выяснять, в чём урок Души в той жизни. Поднялись к самим наставникам, которые нас и встретили и ответили на вопросы.

Кармический урок: Девушка своими мыслями погубила своего парня.

Если провести параллель в реальность. Моя мама, как и многие другие, часто звонит мне и говорит о том, что она переживает за меня, что у меня «опасная профессия — стюардесса», столько всего происходит, и что она сильно за меня волнуется. Я пытаюсь объяснить своей маме, что лучшее, что она может сделать для меня, — это перестать волноваться и думать только о том, что у меня всегда всё хорошо.

Мне давно попала информация о том, как себя правильно вести, когда дети или близкие во время домой не возвращаются или куда-то уезжают, что, думая позитивно, мы и создаём позитивные ситуации. Недавно мне попался рассказ одной дамы о том, что её муж работает водителем дальних рейсов, и что в любой ситуации она всегда думает о том, что у него всё хорошо. Её муж рассказывает, что, несмотря на то, что в дороге могут случаться творческие

задачи и ситуации, всегда в конечном итоге у него всё хорошо заканчивается.

**Вывод:** моим сеансом регрессии нам показали наглядно силу наших мыслей. И как я уже писала, раньше я это читала и умом понимала, а тут наглядный пример и пояснения наставников. Впечатывается в сознание.

Также наставники этой Душе сказали ещё одну важную фразу: «Ты не понимаешь, какую силу имеет любовь!» Какая глубинная фраза! И сколько существует примеров в нашей жизни.

Друзья, и ведь жизнь в пятом измерении основана только на вибрациях любви!!!

Я выражаю огромную благодарность той девочке, с которой я провела сеанс регрессии, ПОЛИНОЧКЕ и наставникам за полученные знания!

### **Комментарии Полины Суховой:**

Ириша, прекрасный пример твоего осознания, поздравляю!! Через свой опыт это всегда эффективней закрепляется. И некоторые спорят, правда или нет то, что мы видим на сеансах регрессии. ЕСЛИ ГЛОБАЛЬНО РАЗОБРАТЬСЯ, то, на самом деле, не столько важно! Важно, что человек делает для себя правильные выводы, и это закрепляется уже на подкорке, меняя шаблоны поведения в лучшую сторону на РАЗ. Чудесно!

### **Комментарий Christina P на сообщение Ирины:**

Спасибо, Ириша, что поделилась такими ценными мыслями. Читая все наши отзывы в чате про походы в Хорошее место, детство, прошлые жизни, на советы Наставников, понимание наших кармических задачек, уроков, мы получаем информацию, на основе которой можно писать «Настольную книгу жизни». Кажется, что мы знаем все эти законы про силу мыслей, силу любви или силу прощения и отпускания, но мало кто по ним живёт.

Через трансовое состояние, проживая разные ситуации, испытывая сильные эмоции на себе, слыша потом свою Душу и Наставников и общаясь с ними, в нас действительно приходит более глубокое понимание таких простых и вечных истин... Они действительно уже закрепляются, «впечатываются» на сознательном уровне, и в той или иной ситуации мы вспоминаем выводы, которые были сделаны, и уже ведём себя по-другому... А ведь именно эти элементарные законы есть наш ключ к счастливой жизни здесь на Земле и не только...»

### **Как помочь зависимым людям?**

Помните, тем, кто находится в зависимости: алкоголики, наркоманы, игроманы, шопоманы

---

и т. д., — очень трудно тягаться с эгрегором, в котором они находятся. Людям без способностей видения Тонкого плана этого не понять, но мои коллеги ясновидящие видят эти огромные сущности, которые стоят за этими людьми и ими управляют. Зависимые — в буквальном смысле слова марионетки. Если Вы хотите помочь своим близким, то следуйте самым простым правилам первой помощи (для начала этих пунктов будет достаточно, далее всё индивидуально!):

**Первый шаг помощи.** Вы должны понимать, что им очень тяжело выйти из этой астральной трясины. Они отрезаны от своих ангелов-хранителей, от Светлых сил, они их просто не слышат. На Тонком плане это выглядит иногда, как будто они находятся под железным куполом, который их надёжно укрывает от мыслей Высокого плана. Они в плену у эгрегора низшего астрала. Именно поэтому алкоголики в состоянии белой горячки видят чертей и демонов. Они пребывают на их вибрационном уровне.<sup>77</sup>

**Второй шаг помощи зависимым.** Перестаньте пилить, упрекать, осыпать претензиями. Тем самым Вы снимаете дополнительные кандалы с их Души. Скандалами, претензиями, непониманием, грубыми требованиями Вы понижаете их вибрации ещё ниже.<sup>78</sup> Применяйте упражнение «Презумпция невиновности...» Окутайте близких настоящей любовью, а не гипер опекой, претензиями и тотальным контролем. Начните проявлять Высшую любовь пятого измерения через: 1) признание роли и значимости человека в Вашей жизни; 2) объятия и комплименты; 3) слова поддержки и одобрения; 4) окутайте их позитивными вибрациями через слова и мысли: посылайте им понимание и благодарность за что-то конкретное. Сначала на уровне мысли, потом в реальности. Хотя бы одну благодарность в день.<sup>79</sup> Высшей любви нужно учиться, потому как рефлексы наши и автоматические реакции поведения оставляют желать лучшего. Не можете сами научиться, приходите к нам в школу «Мир души» на любую ступень.

**Третий шаг помощи.** Нужно создать другую среду для зависимых. Отрезать их физически от прежнего окружения. Именно через сотоварищей и прочее происходит воздействие эгрегора на них. Новая среда должна быть просто любящей, понимающей, которая даёт

---

<sup>77</sup> Эти миры действительно существуют для нашего развития. Это как мир микробов. Есть «наносщие ущерб», в нашем понимании, есть полезные, но мы знаем о них, хоть и не видим простым глазом. Вот так и с эгрегорными структурами. По-любому все силы нужны и полезны с точки зрения Высших законов. Все эти структуры созданы с одобрения Свыше для нашего развития! Читайте об этом подробно в моей книге «Твой выбор в большой игре».

<sup>78</sup> Это бывает самый тяжёлый шаг для тех, кто волнуется за зависимых. Они думают, если я ругаюсь, значит, я проявляю правильную заботу. Большая ошибка! Вы уже поняли, что всё как раз наоборот, волнующийся и ругающийся близкий — это дополнительная гиря, тянущая на энергетическое дно. Но Вы справитесь, если Вам дорог Ваш близкий!

<sup>79</sup> Всегда есть, за что поблагодарить человека! Например, за сложный жизненный урок с ним. С позиции вечной Души, чем трудней мы выбираем уроки на воплощение, тем быстрее мы растём и развиваемся. Так, что если у Вас полный «Аут», то есть за что себя похвалить — Вы смелая Душа и набрали себе задач на отметку 5. Правда, осталось их здесь решить. И книга Вам в этом поможет.

поддержку и правильную заботу. Вера в светлое будущее и безусловная любовь в этого человека исцелят его Душу.<sup>80</sup> Она поднимет его на высокие вибрации в буквальном смысле, а там и его ангелы включатся в работу. Но первый шаг должны сделать его близкие люди!

Потому что в этом тандеме Вы сильнее. И вытянуть из болота может только тот, кто находится на берегу! Но Вы сами должны выйти на высокие вибрации мысли через позитивное мышление и поведение.<sup>81</sup>

**Четвёртый шаг помощи.** Принятие. Примите эту ситуацию для себя как положительный обучающий урок. У Вселенной нет плохих намерений в отношении Вас! Но для этого нужно узнать, в чём он состоит для Вас. Упражнение «Вычерпывание плюсов» поможет Вам в этом, оно будет ниже.

**Пятый шаг помощи.** Сформируйте в своём воображении картину светлого будущего. Вы со своим близким справились с этой задачей и полноценно живёте, принося большую пользу этому Миру через свою деятельность. Мыслеформа + мыслеобраз + вера в светлое будущее.

**Шестой шаг помощи.** Просвещайте! Расширяем свой семейный позитивный эгрегор. Дайте почитать ему эту книгу или хотя бы отрывок про эгрегоры. Если сам не хочет, читайте вместе. Найдите слова и убедите в полезности прочтения. В крайнем случае, перескажите важные моменты книги словами. Если протесты серьёзные, то представляйте, что Вы читаете книгу, а он в Вашем воображении сидит рядом с Вами и внимательно слушает, делает для себя выводы на будущее, тем самым очищает своё сознание. Подключите всех своих близких к освоению нового позитивного мышления. Если вокруг будет больше людей «в теме», значит, зависимый будет, как на спасательном круге подниматься день изо дня вверх, очищая сознание, разум и Душу. Помните, одними молитвами Господу не обойдёшься! Нужно очищать сознание зависимого, параллельно выводя его на высокие вибрации.

Высоковибрационные книги Вам в этом помогут. Я могу посоветовать Вам книги Майкла Ньютона «Предназначение души» и «Путешествие души», В. В. Синельникова, и конечно, мои книги дадут Вам при прочтении выход на хорошие высокие вибрации.

**Седьмой шаг помощи.** Обратитесь в мыслях за помощью к своим (и зависимого) ангелам-хранителям/наставникам. Как правильно это делать, читайте в конце книги. Далее. Каждый

---

<sup>80</sup> «Зло — это результат отсутствия в сердце человека Божественной любви. Это вроде холода, который наступает, когда нет тепла, или вроде темноты, которая наступает, когда нет света» (Альберт Эйнштейн).

<sup>81</sup> Своим клиентам, тем, кто обращается с вопросом: «Как помочь своим зависимым близким?», я часто даю простую рекомендацию: «Оставьте их на время, займитесь собой — научитесь быть психологическим спонсором, а не гирей на Душе зависимого. А далее научите этому искусству их. И Ваши близкие изменятся в одночасье. Потому что они выйдут из-под контроля низшего астрала. А что это значит? Выйдут из эгрегора. Зависимость пропадает. Вдруг ни с того ни с сего пропадает тяга к алкоголю и наркотикам, табаку и прочее. И дальнейшие шаги по реабилитации будут очень простые для всех участников этой ситуации».

день представляйте следующую картинку. Вообразите, что вы и есть ангел-хранитель/наставник зависимого. Встаньте за спину зависимого и укройте его воображаемыми крыльями, даря в этот момент мысли и энергию безусловной любви и тотального принятия его личности. Повторяйте про себя: «У тебя всё получится, я в тебя верю! Вместе мы справимся. Наши наставники нам помогут. Всё будет хорошо!» Делайте эту процедуру 5-10 раз в день, на протяжении всего времени, пока у человека остаётся тяга к чему-либо.

### **Заключение:**

И как итог предварительной работы, накидайте план действий, как Вы в реальности будете действовать. Далее используйте любую возможность, которая будет в ближайшее время приходить Вам от Ваших Высших наставников через людей и обстоятельства. И начинайте действовать шаг за шагом, веря, что всё получится.

Главное направление в работе с зависимыми — их нужно вытащить из негативного эгрегора в позитивные миры посредством нахождения Вас на высоких вибрациях: через любовь, принятие ситуации, правильную поддержку, благодарность и веру в светлое будущее и, конечно, доверие к Вселенной.

### **Как довериться Вселенной?**

*Доверие — это надежда, пришедшая раньше веры.*

*Павел Шарп*

Как добиться полного принятия мира и реальности, да ещё и пребывать в гармонии с собой? Расширяйте своё сознание. Допустите мысль, что всё, что с Вами происходит, — не для Вашего уничтожения, а для Вашего блага. И многие люди это со временем осознают, некоторые только под конец жизни, кто-то быстрее. И чем быстрее Вы это сделаете, тем стремительнее Ваша жизнь станет лучше. Чтобы одним махом принять Вашу реальность, прочитайте мою книгу «Твой выбор в большой игре», в которой изложены главные Законы мироздания во всех подробностях. После прочтения этой книги у большинства людей полностью меняется взгляд на свои неудачи в жизни. Принятие всего и всех происходит быстро и с большой благодарностью. И в этом Вам поможет замечательная сказка Эльфики, или Ирины Семиной. С ней Вы уже встречались выше.

### Сказка «Переподготовка»

Однажды Ангел обратился к Богу с просьбой:

— Отче, у меня проблема.

— Что тебя волнует, Ангел мой? — приветливо улыбнулся Господь.

— Понимаешь ли, Создатель, мне стало трудно выполнять обязанности Ангела, потому что я стал как-то хуже понимать людей... Временами мне кажется, что ещё немного — и они начнут меня раздражать! А мне ведь положено проявлять ангельское терпение!

— А что именно тебя раздражает в людях?

— Они всё время недовольны тем, что есть, но часто не знают, чего хотят. Они постоянно на что-то жалуются. Они воюют друг с другом и истребляют окружающую природу. Они ненавидят тех, кто на них не похож. Они зависят от чужого мнения и зачастую больше верят не мудрецам, а болтунам и демагогам. Они молятся в церкви, чтобы тут же грешить снова.

И это удручает меня!

— Да, сын мой, дело серьёзное, — в раздумье потеревил седую бороду Господь. — Ты прав, с этим надо что-то делать. Причём срочно! В тебе появилась оценочность — а это признак того, что ты перестаёшь быть Ангелом... Наверное, заразился от людей!

— Вот и я о том же, — удручённо ответил Ангел. — Мне кажется, что я нуждаюсь в профессиональном росте. Я слышал, что некоторых Ангелов направляют на Курсы Повышения Квалификации. Могу ли я просить направить меня на обучение?

— Можешь, сын мой. Такие курсы действительно есть, и они очень эффективные! Те, кто хорошо учится, как правило, добиваются отличных результатов.

— А каким предметам там обучают?

— Разным. Самым разным предметам! Я бы сказал, разностороннее образование! Буквально университет для Ангелов. Ты обязательно найдёшь там друзей и единомышленников, и тебе не придётся скучать.

— А в какой форме обучение? Лекции? Семинары?

— Большой частью интерактив. Всё через личный опыт, чувства и ощущения. Ну и теории немного будет, причём с разных точек зрения. Это для пушшего плюрализма и ради свободы выбора.

— Да, Творец, это именно то, что мне надо! Я очень хочу попасть на такие курсы. Что для этого надо?

— Что надо? Всего лишь ознакомиться с условиями приёма, сынок... Во-первых, ты

получишь тело, оно выдаётся раз и навсегда, замены не будет. Оно может тебе нравиться или не нравиться, но это единственное, что точно будет в твоём распоряжении до конца обучения. Всё остальное ты будешь получать во временное пользование, на тот или иной срок. Это ясно?

— Ясно. Нет ничего моего, кроме тела. Его надо беречь, потому что оно на всё время обучения одно.

— Далее... Тебе придётся учиться днём и ночью столько времени, сколько потребуется для завершения процесса. Каждый человек и каждое событие станут твоими Учителями, поэтому обижаться на них нет смысла.

— А если они ошибаются?

— Не существует ошибок, только Уроки. И Учителя. Ты тоже будешь Учителем для кого-то, имей в виду.

— Я? Учителем??? Но я не умею! А если не получится?

— Что ж, и такое может быть... Неудачи — неотъемлемая часть успеха. Каждый промах можно проанализировать и обратить в новый успех!

— А можно отказаться от Урока, если не получается?

— Урок будет повторяться в разнообразнейших формах, пока не будет усвоен полностью. Если не усвоишь лёгкие Уроки, — они станут труднее. Когда усвоишь — сдашь зачёт и перейдёшь к следующему Уроку. Такая уж программа, не обессудь!

— А как я пойму, что Урок усвоен?

— Ты поймёшь, что Урок усвоен, когда твоё поведение и понимание изменятся. Мудрость достигается практикой.

— Да, я понял. Скорее бы набраться побольше Мудрости!

— Не жадничай, Ангел! Иногда немного чего-то — лучше, чем много ничего. Ты получишь всё, что захочешь. Ты подсознательно верно определишь, сколько энергии на что потратить и каких людей привлечь к себе. Посмотри на то, что ты имеешь — и знай, что именно этого ты и хотел. Твоё «сегодня» будет обусловлено твоим «вчера», а твоё «завтра» будет определяться твоим «сегодня».

— Но если я ошибся, если я выбрал не то, и это создало мне проблемы?

— Что снаружи, то и внутри. И наоборот. Внешние проблемы — точное отражение твоего внутреннего состояния. Изменишь то, что внутри — и снаружи всё постепенно изменится. Жизнь подскажет!

— А как? Как я услышу её подсказку?

— Боль — это способ, который Вселенная использует, чтобы привлечь твоё внимание. Если Душе или телу больно — это сигнал, что пора что-то менять!

— Неужели другие Ангелы, обучающиеся на курсах, будут приносить мне боль, Отче?

— Помни, что Вы все — Ученики, и все на равных условиях. Другие — всего лишь твоё отражение. Ты не можешь любить или ненавидеть то, что есть в других, если это не отражает твоих собственных качеств. Помни: там только Ангелы, только тебе подобные, других существ там просто нет. Так что любая боль — это будет лишь игра, оценка, реакция твоего разума.

— Должен ли я ещё что-то знать, Господи?

— Пожалуй, да. Хочу, чтобы ты попытался понять: там, куда ты попадёшь, нет места лучше, чем «здесь». «Там» ничуть не лучше, чем «здесь». Прошлое стоит тут же забыть, будущее ты не сможешь предвидеть, для тебя будет по-настоящему важным только то мгновение, в котором ты «сейчас».

— Мне сложно понять, о чём ты говоришь. Но я буду стараться. Думаю, Учителя мне всё растолкуют, верно?

— Не стоит перекладывать ответственность на Учителей или кого-то ещё. Учителя дают тебе программу, но учишься-то ты! Сколько захочешь усвоить — столько и останется с тобой.

— Я постараюсь усвоить всё, что возможно!

— Да, Ангел мой! Делай лучшее из возможного — и ты не промахнёшься.

— Но ты — ты, Господи, будешь ли ты по-прежнему руководить мною? Или мне придётся учиться по книгам и конспектам?

— Я не покину тебя ни на миг, сынок! Я буду с тобой и в тебе. Но мы будем далеко друг от друга, и тебе придётся заново учиться слышать меня. Могу тебя утешить: все ответы находятся в тебе. Ты знаешь больше, чем написано в книгах или конспектах. Всё, что ты должен делать — смотреть в себя, слушать себя и доверять себе. Так что, если не передумал, пожалуй, я тебя сейчас и транспортирую туда, к месту обучения!

— Хорошо. Благодарю, Отче! Я готов. Только бы не забыть все эти премудрости!

— А вот тут тебя ждёт сюрприз, малыш, — засмеялся Создатель. — Видишь ли, суть переподготовки Ангелов в том и заключается, чтобы они заново, с чистого листа, прошли всю программу. Так что ты забудешь обо всём, что я тебе тут наговорил. И ты вспомнишь об этом тогда, когда будешь готов... Ну, поехали?



— Поехали! — решительно тряхнул крыльями Ангел и узрел открывшийся пред ним тоннель, куда, зажмурив глаза, нырнул, как в бездну. В полную неизвестность. Но он доверял Богу, и поэтому не раздумывал. Впрочем, полёт его был недолгим...

...Раздался крик, и где-то на Земле родился ещё один человек».

*Эльфика*

### **На ногу упал кирпич — это плюс или минус?**

Тренируйтесь в упражнении «Вычерпывание плюсов», и Вы увидите ситуацию с другой стороны, положительной. Ведь часто жизненное обстоятельство, которое кажется на первый взгляд чёрной полосой, оборачивается в будущем положительным.

Пример: «Крестьянин, у которого была лошадь, считался богатым человеком в своей деревне. Ему завидовали. Но когда его лошадь ушла в лес и не вернулась, ему перестали завидовать, а некоторые даже жалели его. Но когда его лошадь вернулась и привела с собой из леса ничейного коня, все снова стали ему завидовать, но когда его сын упал с этого коня и сломал ногу, некоторые перестали завидовать ему. Но когда началась война и всех парней забрали в армию, а его сына не взяли, все снова стали завидовать ему...»

### **Другая притча из Интернета.**

«У одного африканского короля был близкий друг, с которым он вместе вырос. Этот друг, рассматривая любую ситуацию, которая когда-либо случалась в его жизни, будь она позитивная или негативная, имел привычку говорить: «Это хорошо!»

Однажды король находился на охоте. Друг подготавливал и заряжал ружья для короля. Очевидно, он сделал что-то неправильно, готовя одно из ружей. Когда король взял у своего друга ружьё и выстрелил из него, у него оторвало большой палец руки. Исследуя ситуацию, друг, как обычно, изрёк: «Это хорошо!» На это король ответил: «Нет, это не хорошо!» — и приказал отправить своего друга в тюрьму.

Прошло около года, король охотился в районе, в котором он мог, по его мнению, находиться совершенно безбоязненно. Но каннибалы взяли его в плен и привели в свою деревню вместе со всеми остальными. Они связали ему руки, натаскали кучу дров, установили столб и привязали короля к столбу. Когда они подошли ближе, чтобы развести огонь, они заметили, что у короля не хватает большого пальца на руке. Из-за своего суеверия они никогда не ели

того, кто имел ущербность в теле. Развязав короля, они его отпустили.

Возвратившись домой, он вспомнил тот случай, когда он лишился пальца, и почувствовал угрызения совести за своё обращение с другом. Он сразу же пошёл в тюрьму, чтобы поговорить с ним.

— Ты был прав, — сказал он, — это было хорошо, что я остался без пальца.

И он рассказал всё, что только что с ним произошло.

— Я очень жалею, что посадил тебя в тюрьму, это было с моей стороны плохо.

— Нет, — сказал его друг, — это хорошо!

— Что ты говоришь? Разве это хорошо, что я посадил своего друга на целый год в тюрьму?

— Если бы я не был в тюрьме, то был бы там вместе с тобой».

А вспомните кинофильм: «Ирония судьбы...» если бы не ошибка друзей, то два человека не встретились бы в жизни. И таких случаев достаточно в жизни каждого человека. Поэтому жизненный опыт нужно воспринимать просто как данность и естественные изменения в жизни. Нет негативного опыта с точки зрения Вселенских законов, есть причины и следствия наших действий. И чем лучше Вы сегодня подумали и сделали, тем лучше Ваше будущее. Иногда наши ангелы резко вмешиваются «негативными» событиями в нашу жизнь, чтобы остановить своего подопечного от более серьёзных последствий и ухудшения кармы.

Помните, я приводила примеры с парнями-инвалидами? Бывали случаи из моей практики регрессолога, когда человека «выдёргивали» из воплощения, если он совсем ушёл не туда.

Это делается для блага Души, меньше будет в следующей жизни разгребать свои завалы из этой. Заботятся о нас! Человеку, далёкому от законов Мироздания, трудно это в одночасье понять и принять. Выбор за Вами! Незнание Законов не освобождает от их исполнения.

Лучший девиз для развивающейся личности: «Есть два варианта событий в жизни — успех и опыт». А какие последствия опыт принесёт — это уже будет видно в будущем. Очень возможно, что это будет нужный и важный поворот в Вашей жизни!

### **Волшебное упражнение «Вычерпывание плюсов»**

Позитивное мышление — это когда упал/-а вниз с лестницы и думаешь: надо же, какой я молодец... как быстро спустилась/-ся!

Любой опыт, когда что-то не получается, — это только знак, что нужно просто посмотреть в другую сторону, переключиться, искать новые выходы и пути решения, а для этого нужна

холодная голова и интерес к разгадке. Например, Вселенная даёт знак в виде события или через людей, человек разгадывает его, закрепляет и получает огромный прилив эмоций, энергии и даже удовольствие. И если разгадал правильно, значит, урок закончен, и повторяющихся/серийных ситуаций больше не будет. Это осознание — огромное наслаждение! Так мы разгадываем язык Высших сил. Мы с ними на одной волне.

Есть два важных аспекта в упражнении «Вычерпываем плюсы»:

Человек, вычерпав очень много плюсов, превращает ситуацию в позитивную. Этот опыт фиксируется в его сознании как положительный. А только позитивный опыт имеет свойство не беспокоить. Всё! «Всепожирающий очаг» в психике исчез! Вспомните из своего опыта: когда закончился с кем-то конфликт — как спокойно и хорошо становится на душе!

Вычерпывая плюсы, человек неосознанно ищет кармический урок, ищет своего рода ответ на вопрос, что нужно извлечь из него. И если добросовестно ищет, то, как правило, ответ находит. А значит, урок завершён, Вы прошли эту ступеньку эволюции. Итак, переходим к практике.

### Пятое домашнее задание

**Задача упражнения** — держать себя всегда в позиции Мир ко мне дружелюбен. Сделать себе самостоятельно «Внутренне Хорошо», чтобы пребывать в позитивной реальности и на высоких вибрациях. Чтобы видеть в любом опыте, даже в самом негативном, полезные моменты обучения. Девиз должен быть таков: «Есть две полосы в жизни. Первая опыт, а вторая — успех!» Для продвинутых девиз: «У меня всё в жизни — успех!»

Чем полезно: враги и несчастные случаи отсутствуют, есть творческие ситуации, а также люди, которые обучают адекватной реакции на их поведение.<sup>82</sup>

**Область Запланированного Результата:** в 99,9% любой «негативной» ситуации нахожу позитива больше, чем наглядного негатива.

#### Как буду работать:

- Спрашиваю себя: «Для чего мне этот опыт, а не за что?»
- Подбадриваю себя: «Данная ситуация — это обучение и подсказка, куда двигаться дальше!»
- Гашу минусы уверенным позитивом. А именно, вычерпываю плюсы в любой ситуации.

---

<sup>82</sup> Все делается ради наших реакций. Если реакция отработана, она спокойная, то и урок выучен и закрыт. Одна женщина на вебинаре мне написала, когда её успокаивали «У меня денег не прибавится, если я буду спокойна», — а как раз и наоборот. Если человек спокойно принимает ситуацию, то урок пройден и ангелы дают то, что ему нужно, как поощрение за проделанную работу.

Выписываю в дневник минимум 3—5 жизненных обстоятельств в неделю, с вычерпанными плюсами.

• Минимум 2 раза в неделю обучаю других. Вычерпываю плюсы другим людям при разговоре. Тем самым показываю им образец поведения, что во всём можно увидеть позитив.

### За что-о-о-о-о?!

Эта притча из Интернета Вам послужит прекрасной иллюстрацией, как нужно работать над этим упражнением. Большая благодарность человеку, написавшему такое ЧУДО!!!

«ЗА ЧТО-О-О-О-О?! — под сводами тронного зала раздался отчаянный крик человека, уже скрученного стражей и выводимого за дверь.

Придворный психолог короля Тиона Четвёртого недовольно поморщился. За неделю его пребывания в должности это был уже пятый случай. А судя по рассказам старожилов, подобные происшествия были далеко не единичными. Похоже, пришло время приступить к работе.

— Ваше Величество, — начал психолог, обернувшись к королю. — Вам не кажется, что Вы слишком жестоки к бедняге? Ведь он даже ничего не сделал.

— Он принёс плохую новость, — мрачно пробурчал король. — За это следует казнить.

— С каких это пор весть о рождении ребёнка, тем более у одной из официальных жён Вашего Величества, является плохой? — удивился Советник. — Радоваться надо появлению наследника!

— Только не у этой дуры, графини Котай! — по-прежнему мрачно пробормотал король.

— На лицо-то она хороша, но у них в семье сплошные умственные отклонения. А зачем мне тупой или, того хуже, безумный наследник?

— Ваше величество, Вы сгущаете краски. Или..., — психолог на секунду задумался. — Или Вы — пессимист?

— Кто?! — удивился король. — Это оскорбление?!

— Нет-нет! — поспешил оправдаться Советник. — Просто все люди делятся на два типа.

Одни предпочитают видеть во всём только хорошее, таких мы называем оптимистами. Других же, противоположных им, замечающих только дурное, — пессимистами. Вы, Ваше Величество, похоже, входите во вторую категорию. Я специально наблюдал за Вами. Любая весть, даже хорошая, кажется Вам очень скверной. А я ещё удивлялся, почему сообщать Вам

новости поручают уже приговорённым.

— И где мне увидеть это хорошее? — с неожиданным интересом спросил король. — Вот, к примеру, пару недель назад со стороны соседей к нам прилетел дракон и сжёг несколько деревень, прежде чем его сбили. Что тут хорошего?

— Ну, поскольку дракон прилетел от соседей, он был уже уставшим. Если бы он был в полной силе, несколькими деревнями дело бы не завершилось. Да и у соседей, скорей всего, дракон что-нибудь пожёт, чем хоть в малой степени их ослабил.

— Хм... А если к нам вторгнется войско диких орков?

— Хороший повод встряхнуть обленившуюся армию. Да и многочисленные подвиги будут воспеты менестрелями и скульпторами, что опять же увеличит славу королевства.

— А если нас разобьют? — поинтересовался король.

— Значит, армия — дрянь. Есть повод задуматься и попытаться исправить ошибки, чтобы не допускать их в будущем, — бодро отозвался Советник.

— А если орки ещё и столицу сожгут?

— Построим новую, ещё лучше! А то понатыкали домов без всякого плана, заблудиться можно.

— Хм... — король снова задумался, обводя взглядом своих придворных. — У барона Вуда большая бородавка на носу. Это разве для него хорошо?

— Очень хорошо! — отозвался вошедший в азарт Советник. — Это делает его заметным среди других людей.

— По-моему, это уродство выделяет его только в плохом свете.

— То, что взгляд Вашего Величества первым упал на него, уже говорит, что выделяет в хорошем. Этого человека Вы точно не забудете.

— Хм... — король снова пробежался взглядом по придворным. — А вот графу Тукану жена изменяет.

— Это хорошо, у него есть жена. В его жизни имеется островок стабильности.

— А у герцога Ригги жены нет, — ехидно попытался перехватить инициативу король.

— Значит, он свободен Душой и телом. У него всё впереди!

— Ну а то, что Генерал Королевских Паладинов интересуется только мальчиками, тоже хорошо?

— Конечно! Для многих молодых людей, ищущих свою пару, одним конкурентом меньше.

— Хватит! — внезапно рявкнул король, предчувствуя поражение в этом споре. — Ты везде

ищешь хорошее. А вот если, — в его голосе появились мрачные нотки, — я прикажу тебя казнить за грубость, это тоже будет хорошо?!

По спине психолога пробежал холодок, но отступить он не собирался.

— Конечно, хорошо! — так же бодро и радостно ответил он. — Во-первых, упразднение моей должности позволит сэкономить немало средств, которые можно пустить на более полезные проекты. А во-вторых, согласно моей вере, насильственная смерть равнозначна мученической, поэтому я автоматически попаду в рай. Разве это плохо?!

— Это хорошо! — с ошеломлённым видом ответил король, сражённый убедительностью аргументов. — Но... но... как научиться всему этому?

— Вот для этого и существует моя должность, — скрыв вздох облегчения, начал Советник.

— У меня имеется немало обучающих методик, которые позволят Вашему Величеству изменить взгляд на жизнь. Ну-с, начнём...

Придворные потихоньку расходились, бросая на нового Советника благоговейные взгляды.

Тион Четвёртый по прозвищу Мрачный был настоящим бедствием для своих подданных, и если кому-то удастся его изменить, тот человек непременно должен стать героем всего королевства.

Вождь свирепых Восточных Орков Грызун Рогатый торжественно шагал по королевскому дворцу по направлению к тронному залу. Кто бы мог подумать, что всё пройдёт как по маслу.

Его орда, неделю назад вторгшаяся в это богатое королевство, с лёгкостью сокрушила местную армию, всего за сутки захватила столицу и теперь приступала к её разграблению.

Самая богатая добыча, конечно же, была в королевском дворце. Но Рогатый, считавшийся по орочьим меркам очень умным, решил, что этого мало. Вот если бы стать местным правителем, да ещё и признанным всеми соседями. Но для этого бывший правитель, как его там... Тион Четвёртый должен был подписать отречение в пользу Грызуна.

В тронном зале царил тишина. Все придворные разбежались по домам, стараясь подальше запрятать свои сокровища от загребущих лап завоевателей. И лишь король с равнодушным видом сидел на ступеньках перед тронном и играл в шахматы со своим Советником.

— Тион Четвёртый! — яростно завопил орк. — Я сокрушил твою жалкую армию!

— Согласен, — не отрывая взгляда от доски, ответил король. — В следующий раз будем умнее и уделим больше внимания этому вопросу.

— Я сокрушил твоих полководцев!!! — не унимался вождь.

— Неумехи. А ещё назывались элитой. Надо будет открыть Военную Академию.

— Я разбил ворота города!!!

— Непременно казнить подрядчиков. Теперь я знаю, на чём они сэкономили.

— Зачем казнить? Лучше изъять их имущество в пользу казны, а самих отправить на исправительные работы, возмещать ущерб. Заодно и проблему дешёвой рабочей силы решим, это же хорошо? — вступил в диалог Советник.

— Это просто замечательно! — улыбнулся король, делая ход. — Тебе, кстати, шах.

— Мои воины захватили страну! — возмущённый тем, что его игнорируют, зарычал Рогатый.

— Это хорошо, надеюсь, им у нас понравится.

— Они изнасилуют ваших жён!

— Следующее поколение будет крепким и сильным.

— Сожгут ваши дома!

— Заодно избавимся от этой архаичной архитектуры.

— Разрушим ваши города!

— Вот и повод для перепланировки столицы.

— Мы заберём все ваши богатства!

— Золото развращает душу. Будем развиваться духовно.

— Заберём твой трон!

— Заодно отдохну, а то уже почти двадцать лет не могу нормально расслабиться.

— Мы! Мы!... — занервничал вождь, ошарашенный таким сопротивлением. — Тогда мы убьём тебя!

— Хороший повод меня канонизировать, — по-прежнему не поднимая головы, ответил король. — Потомки не забудут моё имя.

— И статуи, Ваше Величество! — снова вступил Советник. — Статуи героически погибшего Короля! Если что, я знаю пару молодых и талантливых скульпторов, они сделают всё, что надо. Вам, кстати, мат.

— Вижу, но зато я в этот раз почти выиграл.

— Ваше мастерство растёт на глазах, Ваше Величество. Вот что значит смотреть на мир позитивно, не ломая доску после дюжины поражений подряд.

Ошарашенный вождь орков упал на колени. До этого он встречался со многими властителями, сокрушёнными им. Некоторых он в открытую презирал, некоторых уважал, но такого страшного отпора он ещё не встречал ни разу. Несмотря на то, что король согласился со всеми его требованиями, Рогатый почему-то чувствовал себя проигравшим.

— Ты великий шаман! — хрипло вымолвил он. — Я победил, но при этом проиграл! Что ты сделал со мной! Как ты смог меня одолеть?!

— Как? — король задумчиво почесал голову. — Ну, тебе лучше поговорить об этом с моим Советником, он больше меня разбирается.

— С удовольствием, Ваше Величество, — радостно вскочил Советник. — Заодно подробно изучим психологию диких завоевателей, — и, подойдя к Рогатому, начал: — Ну, прежде чем объяснить, я бы хотел всё-таки узнать, в чём же причины вашей агрессивности. Почему столь дикий и гордый народ вдруг снялся со своего места и отправился в великий поход?

— Мы великие воины, — сдавленно ответил Рогатый, чувствуя, как его разум застилает тьма. — Мы должны быть сильнее всех!

— Похоже на комплекс неполноценности, — довольно улыбнулся Советник. — Но ничего, я думаю, что через неделю мы с этим разберёмся.

Рогатый был бессилён. Вся его мощь и ярость куда-то испарились, и он, безвольно ведомый по дворцовому лабиринту, опутанный паутиной непонятных слов, рассказывал шедшему рядом о своём детстве, о семье, о жизни орков.

А король... Король спокойно открыл свой дневник, который давно вёл по совету психолога, и, улыбаясь, оставил в нём очередную запись:

«Население города значительно увеличилось, и, похоже, я решил проблему с набором новой армии. Надо бы удвоить жалованье своему Советнику. Всё побеждающий оптимизм в совокупности с пофигизмом — это действительно страшная сила...»

Конечно, притча немного утрирована, хотя в каждой сказке есть всего лишь доля сказки, остальное — мудрейшее обучение.



## Шестой шаг к исцелению

### Законы получения энергии

#### Умение быть счастливым

*Проходя по базару, Сократ говорил:*

*«Люди покупают себе дорогие удовольствия на рынке, а я бесплатно добываю себе удовольствия из своей души».*

Во всех регрессиях моим ученикам и клиентам Наставники и Мудрецы из Тонкого мира говорят одно и то же. Радуйтесь! Ловите счастливые моменты на Земле. Когда Душа пребывает между воплощениями в Тонком мире, она очень скучает по простым земным радостям: еда, тактильные ощущения, секс, запахи. В Тонком мире Вы не сможете так же вкусно съесть апельсин или другую вкуснятину! Там нет физических органов чувств.

Поэтому многие Души ждут с нетерпением нового воплощения, нового путешествия на Землю. В том числе и для того, чтобы насладиться земными дарами и тактильными ощущениями. А также испытать максимальные чувства — как радость, так и горе. В Тонком мире и эти крайности отсутствуют. Именно через наше тело Душа имеет возможность пройти такой уникальный опыт в плотном мире. Душа после земного опыта очень ценит любой, даже страшный опыт на Земле и принимает его как очень положительный.

В этой главе, я открою Вам главные Законы энергообмена во Вселенной. Вы научитесь правильно наполняться энергиями. Как правильно расходовать и удерживать энергию, я поведала Вам выше.

#### Правильно управляем своей энергией

Правильный энергообмен с окружающим миром — это умение восхищаться красотой находящегося перед Вами предмета/объекта/человека.

Нужно смотреть на объект до тех пор, пока Вы не почувствуете прилив позитивной энергии (любви). Вроде Вы любуетесь, но тут же воспроизводите высшую энергию. Автоматически Вы начинаете отдавать энергию вовне посредством позитивных эмоций\вибраций. Тем самым Вы открываетесь сверху для Высших энергий\вибраций и для позитивных эгрегоров. За это Вам Вселенная начинает давать энергию в несколько раз больше, чем Вы отдали. Вы

становитесь просто проводником, через который Высшая энергия любви начинает циркулировать в пространстве. Вы не паразитируете, не отбираете её у других людей, а вырабатываете сами. Вы становитесь мини-электростанцией, связанной позитивными мыслями с Высшим бесконечным источником энергии.

Как люди обычно обмениваются энергией? Перетягивают друг от друга. Насильственно отбирают при скандалах, претензиях и прочих конфликтах или жалобами о своей несчастной жизни (конечно, неосознанно). Каждый человек хоть раз испытал на себе «энергетического вампира». Все убегают от таких людей как можно дальше. Это и понятно, ведь у самого энергии на 3 рубля осталось, а тут ОН пришёл со своими –10 р. Кто же своё последнее отдаст?

Но если Вы умеете наполняться энергией грамотно (когда Вы в позитиве, на вибрациях любви и благодарности), Вы становитесь подобием Высшего начала. Вы становитесь энергетическим миллионером и проводником Высших вибраций. Вы просто провод, через который идёт нескончаемый поток энергии Высшего порядка. Вы ходячий Светлячок. Вы, как фонарик, освещаете всё вокруг. Вы гармонизатор пространства на Земле. Вы поняли смысл методики? Воспроизведите через любование позитивную эмоцию и тут же Свыше получите энергии в три раза больше!

Это самый экологичный способ наполнения энергиями Космоса. После этого Вы можете направлять эту энергию на любой предмет/объект/человека. Вы можете её дарить без ущерба для себя, даже «Энергетическим вампирам», так как этот человек ещё в неведении, как сохранять и наполняться, и Вы ему можете помочь.<sup>83</sup> Помните принцип — чем больше отдаёте, тем больше приходит Свыше!

### **Как успокоить «скандалиста»?**

Высший пилотаж работы с этим упражнением — когда на Вас кричат, а Вы посылаете этому человеку симпатию и благодарность за что-то реальное и дельное. Шлёте ему симпатию и любовь до тех пор, пока на Вас Свыше не пойдёт встречный мощный поток любви к этому человеку. Как правило, после этого любой человек успокаивается, так как Вы тем самым успокаиваете его на Тонком плане и заполняете ему биополе позитивными вибрациями, он тоже поднимается вверх вместе с Вами.

---

<sup>83</sup> Но наилучший вариант — если Вы «вампира» научите этой простой, но действенной методике наполнения энергией. Таким образом Вы сделаете благое дело — на одну здоровую клеточку во Вселенной станет больше.

### Отдавая — наполняюсь

*Тепло тому, кто излучает свет.*

*Светло тому, кто носит в себе солнце...*

*Автор неизвестен*

*Даря другим своё «солнце», получаешь обратно гораздо больше солнечного света...*

*Ольга Salamandra Пашинская*

Конечно, до такого осознания нужно дорасти «Я отдаю первый и ничего не жду взамен! Я отдаю, а мне прибывает втройне и даже больше». В эти Законы для начала нужно поверить, а потом просто проверить. И работают они на все 100%. И если Вы любознательный и хотите удостовериться, то стоит проверить это на своей жизни. Только сделайте это не единожды, даже не пару раз. Тренируйтесь каждый день, и Вы почувствуете, что этот навык наполнения энергиями день ото дня растёт всё больше и становится всё качественней. Попробуйте и убедитесь сами!

### Где находится Ваше внимание, в том мире Ваша энергия!

*Энергия — это самая пробивная сила, и её стОит сосредотачивать на главном. Когда у человека полно энергии и сил, он способен совершить всё что угодно.*

*Джулиана Вильсон*

Давайте потренируемся правильному набору энергии из пространства энергия. Оглянитесь вокруг прямо сейчас и сосчитайте минимум 10 красивых объектов... улыбнитесь им... впитайте их красоту в себя, как губка... почувствуйте, как у Вас изменяется настроение, эмоции, Ваши вибрации... и Вы начинаете наполняться энергией РАДОСТИ. Она по таблице Хокинса даже выше любви. После этого отдайте эту энергию туда, куда подскажет ДУША!!!

И тут же продолжим письменно:

- Выпишите 10 прекрасных вещей вокруг себя.
- Выпишите 10 вещей в себе.
- Выпишите 10 прекрасных вещей в партнёре рядом.
- Выпишите 10 вещей в своём главном учителе.
- Начните чувствовать заполняющие энергии в теле.

Чтобы этот навык закрепился намного быстрее, я даю Вам лёгкое и приятное упражнение на каждый день. Практикуйте его целый месяц, и этот новый навык — радоваться жизни, наполняясь энергиями Высшего порядка — закрепится на уровне привычки.

### Что такое счастье?

*Красота — иероглиф счастья.*

*Сергей Федин*

Все люди стремятся к счастью. А что такое счастье? Это понятие может для каждого человека разительно различаться. Кого-то радуют материальные достижения, кого-то собственные успехи или своих близких. Но если посмотреть в целом на то, что такое счастье — это выглядит как проживание положительных эмоций по разным поводам своей жизнедеятельности.

Люди часто ждут этих моментов от жизни. Нередко полагаются на судьбу, случай, других людей, на то, что счастье придёт как-то само. Вроде как им счастье должно дариться от внешнего мира. И это здорово, когда действительно счастье приходит извне и зажигает радостными огнями наши будни. В то же время, если человек является Автором своей жизни, то он не ждёт подарков от судьбы, а берёт их сам! Где взять? Да они повсюду, мы каждый раз проходим мимо счастливых моментов, мимо своего счастья, даже не подозревая, что оно находится рядом. Друзья, посмотрите на детей. Они умеют радоваться и быть счастливыми. Они удивляются каждый раз новому, интересному. Они настоящие исследователи жизни. Любая мелочь заводит их с пол-оборота на положительные эмоции, и в этот момент они счастливы без границ. Но ведь и мы такими были! А почему разучились? А почему обделили себя таким прекрасным явлением? Задайте себе этот вопрос? Ведь восстановить этот навык так просто, но даже в голову многим не приходит, что это возможно. Как это сделать? Есть чёткая схема, она приведена ниже. Многие люди прошли этот этап и обрели новую жизнь, почувствовали её радостный вкус, уловили новые ароматы, вкусили новые ощущения на всех уровнях чувств. То есть стали счастливы. Стали сами включать себе эти минутки счастья, по собственному желанию. Теперь количество счастья зависит ровно от них самих!

### Тест. Умеете ли Вы радоваться жизни?

*Чувства формируют события.*

*Что чувствуем, такое событие и родится.*

*Это не совсем то, когда мы планируем, это гораздо тоньше.*

*Биофизик В. Миронова*

Тест из Интернета. Прочитайте утверждения, которые приведены ниже, и выберите из них те, что наиболее соответствуют Вашему мироощущению. Имейте в виду, что здесь нет утверждений «плохих» и «хороших», правильных и неправильных, подсчитывать результаты будете Вы сами, и потому будьте предельно откровенны и не старайтесь выдавать себя за кого-то другого — ведь в совете нуждается именно Вы.

1. Когда порой я задумываюсь над прожитой жизнью, то прихожу к выводу, что:

- а) всё было скорее плохо, чем хорошо;
- б) было скорее хорошо, чем плохо;
- в) всё было отлично.

2. В конце дня я обыкновенно:

- а) недовольна собой;
- б) считаю, что день мог пройти и лучше;
- в) отхожу ко сну с чувством удовлетворения.

3. Когда смотрю в зеркало, то обычно думаю:

- а) «О Боже, как беспощадно время!»
- б) «А что, ещё совсем неплох/а!»
- в) «Решительно, годы идут мне на пользу!»

4. Если я узнаю о крупном выигрыше кого-то из знакомых, то думаю примерно так:

- а) «Ну мне-то никогда не повезет!»
- б) «Эх, почему же это не я!»
- в) «Всем везет — настанет и моя очередь!»

5. Если узнаю по радио или из газет о каком-либо происшествии, то говорю себе:

- а) «Вот так однажды будет и со мной!»
- б) «К счастью, эта беда меня миновала!»
- в) «Эти репортеры умышленно нагнетают страсти!»

6. Когда пробуждаюсь утром, чаще всего:

- а) мне ни о чём не хочется думать;
- б) взвешиваю, что день грядущий мне готовит;
- в) доволен/льна), что начинается новый день, и жду приятных сюрпризов.

7. Я думаю о своих знакомых примерно так:

- а) «Увы, они не столь интересны и отзывчивы, как хотелось бы»;
- б) «Конечно, и у них есть недостатки, но в целом они вполне приличные люди»;
- в) «Везёт же мне на знакомых и друзей!»

8. Сравнивая себя с другими людьми, обычно прихожу к выводу, что:

- а) меня недооценивают;
- б) я не хуже остальных;
- в) гожусь в лидеры, и это признают все!

9. Если мой вес увеличивается на 4—5 кг, то я:

- а) впадаю в панику;
- б) не вижу в этом ничего особенного;
- в) перехожу на диету или приступаю к физическим упражнениям.

10. Если я в плохом настроении, то чаще всего:

- а) кляню судьбу;
- б) жду, когда оно пройдёт;
- в) стараюсь развлечься и это помогает.

А теперь подсчитайте полученные баллы, исходя из того, что каждый ответ (а) оценивается

## «Ключ ко всем дверям» Полина Сухова

---

в 0, (б) — в 1, а (в) — в 2 балла. Просуммировав баллы, Вы можете получить от 0 до 20 баллов. Если Вы набрали:

17—20 баллов — Вы мужественная и оптимистичная личность, радуетесь жизни, не обращая внимания на неприятности и житейские невзгоды. Вы умеете находить выход из сложных ситуаций. Но не слишком ли поверхностно Вы относитесь к жизни? Возможно, Вам не хватает сейчас профессиональных знаний и совета психолога.

13—16 баллов — Вы мягкий по характеру человек и пережили в жизни не так уж много стрессов. Радостей у Вас в жизни больше, чем печали. Вы храбры, хладнокровны, у Вас трезвый склад ума и лёгкий характер. Не паникуете, сталкиваясь с трудностями, оцениваете их трезво и обычно ведите развитие своей жизни на несколько шагов вперед. Окружающим (и детям, и взрослым) с Вами хорошо — мы думаем, что у Вас много близких, которые помогут пережить этот неприятный, но не самый тяжёлый период жизни.

8—12 баллов — счастье и несчастье выражается для Вас статистически, «пятьдесят на пятьдесят». Радостные переживания побуждают Вас готовиться к грядущим неприятностям, которые и не заставляют себя ждать. Если хотите склонить чашу весов в свою пользу, старайтесь не пасовать перед трудностями, встречайте их мужественно и не оставляйте в беде своих близких. Не считайте, что всё лучшее для Вас позади, скорее всего, наоборот, — позади всё худшее.

0—7 баллов — Вы привыкли смотреть на мир сквозь чёрные очки, считаете, что судьба уготовила Вам участь невезучего человека, а иногда даже кокетничаете этим. Вам кажется, что Вы — самое несчастное существо на земле и так будет всегда. Вы можете думать только о себе. Конечно, трагические переживания очищают, приносят много высоких и романтических эмоций. Но можете ли Вы позволить их себе, имея детей? Не за их ли счёт Вы возвышаете собственную душу? Старайтесь больше времени проводить в обществе весёлых, оптимистично настроенных людей.

Если Вам кажется, что Вы в растерянности и рады принять помощь любого рода, давайте подумаем о Вас вместе. Теперь прислушайтесь к себе. Запомните это чувство и вспоминайте

каждый раз, когда Вам плохо.<sup>84</sup>

Итак. Как это сделать — развить в себе умение быть счастливым? Освойте упражнение «Плотность счастья на момент времени», «Богатство мира», и Вы вернёте себе прекрасный навык, позабытый с детства. Вы откроете окружающий мир для себя. Вы обогатите свой внутренний мир. И когда Вы будете чувствовать эту красоту, радоваться этому миру, отдадите в мир волну своих положительных эмоций, то уже мир повернётся к Вам самой лучшей частью, отдав Вам свою волну прекрасного. Обмен положительных эмоций замкнётся в огромный круг бесконечности счастья.

### Шестое домашнее задание

#### Упражнение «Плотность счастья на момент времени» и «Богатство мира»

*С этой методикой и жить приятней))).*

*Раньше вот пила сок и даже не задумывалась о вкусе, а сейчас открыла его для себя.*

*Ученица моих курсов*

#### Притча из Интернета

«Один человек искал идеальное место. Искал он долго. И вот в далёкой стране нашёл он место, где ему было хорошо. Он бродил по городу, который ему так понравился, и смотрел вокруг. Но когда он забрёл на кладбище, он ужаснулся. На всех надгробиях даты смерти указывали, что эти люди жили два–три года с точностью до прожитых часов. В страхе человек побежал вон из города, но на площади столкнулся со стариком. В ужасе человек закричал:

— Вы чудовища! Вы убиваете ваших детей!

Старик показал ему книжечку, которая висела у него на шее на цепочке, и сказал:

— Когда ребёнок у нас достигает зрелости, мы даём ему такую книжку. И каждое мгновение, каждую минуту или час настоящего счастья в нашей жизни каждый из нас заносит в эту книгу. После смерти же все эти мгновения мы складываем. И это — настоящие дни нашей жизни».

**Задача упражнения** — развить правильный энергообмен с Вселенной и научиться

---

<sup>84</sup> Источник теста: vosp.ru ©



радоваться жизни.

### **Чем полезно:**

- Пять чувств позволяют нам познавать окружающий мир, видеть прекрасное и наслаждаться красотой этого мира.
- Реагировать на мир с любовью, воспроизводя высоковибрационную энергию.
- Ловим каждую минутку и делаем свою жизнь полноценной и счастливой.

### **Область запланированного результата:**

- 4—5 раз в день по 5—7 минут перевожу своё внимание на моменты счастья, выраженные через 5 чувств и наслаждаюсь ими.
- Получаю энергии столько, сколько нужно для полноценной жизни. Срок встраивания привычки 1 месяц.

### **Как буду работать:**

Минимум 1 раз в день выбираю 10 минут, которые буду проживать в режиме прочувствованного удовольствия. В одну десятиминутку включу минимум 3 чувства, максимально 5.

### **Зрение — глаза.**

- Наслаждаюсь красивыми пейзажами за окном. Если пейзажи надоели за окном, смотрю красивые картинки, короткие видеоролики с природой в интернете.
- На прогулке рассматриваю внимательно птиц, красивых людей, снежинки, когда падают.
- Рассматриваю днём облака, их причудливые формы, ночью — звёзды, луну.

### **Слух — уши.**

Внимательно прислушиваюсь к окружающим красивым звукам:

- пение птиц;
- музыка, гармоничные произведения разных направлений;
- как разговаривает со мной приятный собеседник;
- как стучит стрелка часов;
- шум деревьев;
- шум ветра;
- хруст снега;
- журчанье воды.

### **Обоняние — нос.**

- чувственно вдыхаю запах свежего воздуха на прогулке (если найду в Москве));

- запах вкусной пищи;
- запах цветов (в палатке с цветами);
- запах родных людей.

Заостряю своё внимание на наслаждении, которое получаю от этого процесса.

### **Осязание — кожа.**

- Беру в руки мягкие предметы, материалы (мягкие игрушки), ощупываю их, заостряю внимание на этом;
- глажу собачку/кошку и наслаждаюсь её мягкой шёрсткой;
- глажу руки любимых людей, передаю руками свою заботу и нежность и то, как я их люблю;
- запускаю руки в волосы любимого человека, ощущаю удовольствие от этого;
- пропускаю сквозь пальцы тёплую воду, наслаждаюсь этим ощущением.

### **Вкус — язык.**

Медленно что-то кушаю или пью вкусное (фрукты, соки и прочее), внимание сосредоточено на вкусе. Ощущаю его всеми рецепторами рта, мысленно думаю, как же вкусно!

Пример проработки упражнения:

Пн: стою у окна на кухне, на четырнадцатом этаже... Смотрю на улицу, за окном идёт мокрый снег, снежинки падают ровными кристалликами на подоконник и медленно тают... Тепло на улице. Ветер гоняет снег вихрем, задавая причудливые формы, как красиво... Держу кружку у рта с горячим чаем, ощущаю тепло руками, вдыхаю нежный аромат, лёгкие наполнятся теплом и нежным вкусом. Один глоток чая, и вкус распространяется по всему рту.

Тут и вкус полей, и солнца, и дождя, который сопровождал рост чайных листочков, а за окном холодно и сыро, что создаёт в Душе комфортный уют... Как хорошо!

Вт: обеденная прогулка с собакой. Вышла на улицу, воздух чист, и он наполнил лёгкие свежестью. Солнечные лучи сразу сузили мои глаза. Сегодня очень ясный день после вчерашней вьюги. Облака высокие и нежные, как вата, летят легко и красиво. Снег хрустит под ногами, мимо проносится моя собачка, обдавая меня лёгким ветерком. На её шёрстке подмокли снежинки. Они превратились в капельки и стали светиться, отражая солнце, как мелкие стразы. Эффект потрясающий. Чёрная собачка, вся усеянная «природными кристаллами Сваровски». Птички уже оживают от суровой зимы, то тут, то там раздаются разные голоса пташек, то ворона басит на суку дерева. А вот неизвестная птаха своей тонкой трелью разбавляет воздух интересным пением. Солнце припекает сзади. Когда поворачиваюсь к нему спиной, уже греет теплее, чем обычно, а спереди ветерок обдаёт

приятной свежестью, контраст потрясающий. Прохожу мимо голой ветки вишни. На ней замёрзли капельки ночного дождя, и теперь она, усыпанная бусинками, стоит и сверкает в солнечных лучах. Я потрогала эти бусинки и почувствовала, как они тают в моих тёплых руках. Прекрасный день полон ярких красок. Заметила, что всё это время хожу с улыбкой на устах. Она сама автоматически появилась на лице и оттого, что я её заметила, стала её больше. Ей нравится, когда к ней проявляют повышенное внимание — интересный вывод... Я люблю этот мир!

Ср: после обеда пришла ко мне моя собачка (я сидела на кровати). Она села рядом и прижалась, навалившись, к моим ногам. Я почувствовала её теплоту тела, руки сами потянулись её гладить, пальцы рук почувствовали мягкий мех, её шерстка на ощупь нежная, как пух. Она вытянула шею назад и, кряхтя от удовольствия, положила на мои колени голову. Её глаза закрылись наполовину, и так мы просидели с ней 5—7 минут. В это же время у нас с сыном шла беседа в комнате. И наши голоса отдавались чарующим эхом в чреве гитар висевших на стенах комнаты. Была приятная атмосфера от нашей семейной идиллии, которую окутывал запах лимонного масла (им сын смазывает гитары).

Чт: весь день была внимательна и чувствительна к окружающему миру. Поехала к дочке. По дороге вместо того чтобы, как обычно, читать в метро, включила плеер и слушала песни своего сына. Получился интересный эффект, наблюдала за людьми в подземке под музыку, это был своего рода видеоклип, только внутренний. Лица людей мелькали тут и там с интересными выражениями, кто озабоченный, кто грустный, кто ещё спит, кто-то улыбается или сосредоточен на телефоне. Стук колёс перебивал песни, попадая частенько в такт музыки. Ветер в вагоне разгонял запах подземки... Он специфичный. Тут и горелые тормоза, и смесь разных духов от людей, перегар с чесноком от брутального мужчины. Жизнь многообразна. Первый раз увидела мир другими глазами, и он открылся для меня по новой, а я его раньше не замечала... Сегодня открыла новую страницу для себя, как можно радоваться миру. Здорово!

После обеда вместе с дочкой и внучкой сидели и общались на кухне. Внучка под бочком. Я её обняла и глажу по её нежной ручке. Запах от волос сладковатый и мягкий. Дети пахнут по-особенному, чистотой, молоком и радостью. Дочка оживлённо щебечет про последние новости в семье, я её внимательно слушаю и думаю, как здорово мы сидим. Параллельно пью горячий кофе (сегодня я могу себе позволить это удовольствие, чтобы подчеркнуть всю прелесть общения), который придаёт нашей беседе особый уют. Постаралась внутренним

фотоаппаратом запечатлеть эти кадры в своей памяти. Шикарный день!

Сб: вдруг пришла такая мысль, что сейчас я жутко счастлива! Учёба в Университете практической психологии даёт столько радости, успехов, новых открытий, ощущений, знакомств... И через 1,5 года это всё закончится. Этот фейерверк прекратится, будет другая жизнь, тоже полная красок, но такого же счастья не повторится — это точно! Сейчас мы, студенты, переполнены работой по всем фронтам. И возможно, этого счастья кто-то не видит и, лишь когда закончится этот учебный марафон, сможет прочувствовать, что это было настоящее счастье и оно ушло безвозвратно. Поэтому, друзья, ловите моменты счастья на сессии от учёбы и от общения, запоминайте картинки счастья, делайте зарисовки на бумаге. Время идёт, и моменты счастья не повторяются!

Вывод: сейчас темп жизни замедлила и стала смотреть на мир, как маленький ребёнок, и открывать заново прелести жизни. Раньше жизнь по количеству счастья была скудна. Многие прелести мира проходили мимо, получается, что сама себя обделяла. Счастье вокруг нас. Здесь и сейчас, только успевай ловить! Друзья, притормозите гонку, оглянитесь вокруг. Получите массу удовольствия. Мы сами раскрашиваем свою жизнь в яркие тона!

P.S.

Сегодня ночью, с воскресенья на понедельник, приснился страшный сон. Всё было настолько реально, что просто триллер в красках. Расскажу кратко, основную суть, потому что сон был долгий.

«В квартиру вломилась грабители, была долгая борьба моих мужчин с ними. Мне удалось вырваться из квартиры, я позвала на помощь соседей, они меня укрыли и вызвали полицию. Бандитов связали и увели, а когда я подошла к квартире, то застыла в ужасе, муж и сын лежали убитыми... В голове пронеслись мысли. Какие последние моменты я видела их живыми? И что они делали? Ведь это были последние моменты вместе! Я опустилась рядом с ними на колени, и меня разбудил мой немой раздирающий крик...»

Проснувшись, я долго не могла прийти в себя. Я и радовалась, что это всё неправда, в то же время я поняла, что такое счастье! Оно рядом!

Только здесь и сейчас мы имеем самое настоящее счастье и часто просто не понимаем этого. Друзья, обнимите своих близких! Возможно, они этого ждут?

С любимыми не расставайтесь,

С любимыми не расставайтесь,

С любимыми не расставайтесь,

Всей кровью прорастайте в них, —  
И каждый раз навек прощайтесь,  
И каждый раз навек прощайтесь,  
И каждый раз навек прощайтесь,  
Когда уходите на миг!

А. Кочетков. БАЛЛАДА О ПРОКУРЕННОМ ВАГОНЕ

P.S. Восхищайтесь всем вокруг себя, ибо РАДОСТЬ — это ключ к просветлению. Послание от Ангелов. Я бы добавила сюда — ОСОЗНАННУЮ РАДОСТЬ.

### **Как вывести себя из гнетущего чувства?**

Не только мысли и слова формируют события. Некоторые учёные утверждают (Валентина Миронова, биофизик, работала в Космическом Центре 20 лет, специализация — «закрытые» открытия), что чувства — это гораздо ответственней, чем мысли и слова. Соглашусь с этим утверждением. Чувство — это вибрации. вспомните о шкале Хокинса. Есть прямая связь, что чувствуете, в том мире и пребываете, соответственно, такое событие и зародится на Тонком плане. Это уже законы физики. Управление чувствами — это не совсем то, если Вы программируете себя мыслями и словами, это гораздо глубже, тоньше и ювелирней. В то же время мысли и слова — это мостик между старым чувством и новым. Ещё одно маленькое, но действенное упражнение по выходу из негативных эмоций.

### **Выходим в параллельную реальность — радость**

1. Погрузиться в тишину на 3—5 минут.
2. Создаём намерение: «В моей реальности я выбираю реальность — РАДОСТЬ»
3. Представить через мыслеобраз картинку, как Вы перемещаетесь в эту реальность. Например, просто сделав шаг вбок, где Вы оказываетесь в мире радости.
4. Займитесь физическими делами.
5. Вычерпайте плюсы из Вашей ситуации, которая погрузила Вас на низкие вибрации.

P.S. Есть такая особенность законов Вселенной. В радости быстрее приходит решение. И это решение будет более мудрое и оптимальное для ВАС!

## Седьмой шаг к исцелению

### Главный принцип эпохи Водолея «Благодарю»

*Благодарность - это ключ к богатствам Вселенной!*

*Послание от Ангелов*

Частый запрос от клиентов на психологических консультациях и вебинарах — «Как наладить контакт с близкими и значимыми людьми?» Ответ совсем простой! Дарите людям любовь и благодарность. Выше мы говорили очень много о силе слова и мысли. И самые сильные слова по вибрациям выявил японский исследователь Масару Эмото — ЛЮБОВЬ и БЛАГОДАРНОСТЬ. Хочу добавить, что в эпоху Водолея это будет основа взаимоотношений.

#### Формула счастья

*Благодарность — одна из самых больших добродетелей.*

*Но ещё большая добродетель — чувство меры в претензии на благодарность.*

*Кристиан Фридрих Хеббель (Геббель).*

Вы знаете формулу счастья? Она очень проста. Когда Вы ожидаете на свои действия по своим фантазиям чего-то от человека (а у всех они разные, даже у мужа и жены в одной семье): материальных благ, услуг, внимания и прочего — и не получаете в результате, то Вы становитесь несчастным. Когда Вы не ждёте НИЧЕГО на свои действия — вроде как отдали совсем безвозмездно, то если Вас не отблагодарили, Вы не уходите в минус. Например, Вы подарили подарок и не ждёте восхищений от человека. Вы как бы в нейтрале. А если Вас в ответ поблагодарили, да если от Души и чистого сердца, да ещё с эмоциями, человек прыгает от восторга, то вот оно счастье — Вы в плюсе. Поняли суть формулы счастья? Вы отдаёте совершенно безвозмездно, не ожидая ни приятных слов, ни признательности, ничего! В этом случае Вы всегда в выигрыше. А как часто мы делаем «добро», или нам делают с оговорками «Я всю жизнь тебе отдала, а взамен ничего!!!» или «Я их кормила, поила, по городу водила, а они хоть бы хлеба батон купили».

С одной стороны негодование человека понятно, где благодарность? С другой стороны, кто Вам обещал, что мир будет к Вам справедливым и отзывчивым? Вам расписку кто-то давал? Всё кармически обусловлено. Человек получает именно те уроки, в каких он нуждается. И эзотерически грамотно давать другому человеку **СОВЕРШЕННО** безвозмездно то, что Вы хотите дать от Души. И поверьте: если внутренне Вы будете поступать по этим принципам, то Вселенная Вам откликнется на Ваше поведение, исполнив Ваши сокровенные желания. В будущем это будет главенствующий принцип: отдал и забыл! **НО** каждый при этом, как хороший тон, выучит следующее правило — **ВСЕГДА БЛАГОДАРИЮ ЗА ТО, ЧТО ПОЛУЧИЛ ОТ ДРУГОГО** (даже если не знает, кто это, по-любому на Тонком плане человек получит благодарность телепатически). И таким образом человек пребывает в вечном счастье. Но тут же продвигу вопросы: «А как же быть с работой и денежными расчётами? Что, отдавать и работать бесплатно?» Здесь работает принцип изначального договора. Если Вы устраиваетесь на работу на 20 т. р., то не ожидайте, что Вам будут платить, как Васе, 30 т. р. из соседнего отдела за ту же работу. Радуйтесь изначальному договору, или идите и договаривайтесь по новой, или ищите новую работу.

### **Отдаю безвозмездно!**

*Блаженны не ожидающие благодарности,*

*ибо они не разочаруются.*

*У. Беннетт*

А что делать с близкими, если они не хотят выполнять свои обязанности? Всё просто, действует тот же главный принцип новой эпохи Водолея, сначала **ОТДАЙ** (безвозмездно) — **ПОТОМ** получи от Вселенной поощрение, в том виде, как ты желаешь. Например, чтобы муж сам встал с дивана и Вам помог. А что отдать-то надо? Все мы недолюблены и недооценены близкими, вот и начинайте благодарить всех и вся. Помните, что самые сильные слова по вибрациям — **ЛЮБОВЬ** и **БЛАГОДАРНОСТЬ**, это доказал доктор Эмото своими экспериментами с водой.

Для кого любовь дарить сложно, дарите хотя бы благодарность! Это проще, потому что Вы не выдумываете то, чего нет, а перечисляете то, что Вам реально сделал человек. И Вы не поверите — чудеса на свете случаются, причём на раз-два-три!

Ну а тому человеку, который считает, что близкий загордится от его благодарности или «сядет на шею»: внушайте и дальше себе такие нересурсные убеждения, Вы же сами себе пророк и режиссер своей судьбы, Вы сами заполняете на уровне элементарных частиц своё будущее. А кто уже на волне позитива, кто разрешил себе попробовать новый путь, простой, но эффективный — то ВПЕРЁД, дорогой друг, с Вами Вселенная!

Помните, искренняя благодарность — это та плата, которую Вы не только можете, но и должны дать в обмен на помощь окружающих. Даже если эта помощь редка и не совсем такая, как Вам хотелось бы. Важно при этом воздержаться от негативной критики, а также от замечаний вроде «ну наконец-то додумался». Подобные высказывания по полной отбивают всякое желание Вам помогать и идти навстречу. Эффективней перейти на критику по формуле + — +, ищите это лёгкое упражнение на моём сайте «Психология в каждый дом!» Этот простой способ буквально за пару раз налаживает отличную коммуникацию между близкими людьми.

### **Итак:**

- Благодарите родных, хвалите их за участие в Вашей жизни, подчёркивайте, как Вам важен их вклад.<sup>85</sup>
- Особенно благодарите своих главных учителей по жизни, кто принёс Вам особенные хлопоты!

## **Седьмое домашнее задание**

### **Упражнение «БлагоДарю»**

Проснувшись поутру:

1. здороваюсь с собой (личностью/душой) и своим телом (органами...). Посылаю им любовь, симпатию, благодарность, поддержку; 2. здороваюсь с Миром: «Здравствуй, Мир! (солнышко, птички, звуки жизни...); «Как я рад/а сегодняшнему дню!» (полезная установка). Посылаю Миру любовь, симпатию, благодарность.
3. здороваюсь со своими близкими: «Привет, мой любимый, как я рад/а тебя

---

<sup>85</sup> Важно! Благодарите своих близких за те каждодневные дела, которые входят в обязанность каждого человека. Помыла посуду жена — поблагодарите, обнимите. Вынес муж ведро с мусором — поблагодарите, поцелуйте. Сделал ребёнок уроки — поблагодарите, скажите, какой он талантливый... Это каждому приятно!



видеть!» Посылаю им любовь, симпатию, благодарность (представляем образы сердечек, солнышка, радуги и прочее).

4. Здравуюсь с каждой клеточкой большого ОРГАНИЗМА КОСМОС. Посылаю им любовь, симпатию, благодарность (представляем образы сердечек, солнышка, радуги и прочее).

**Завести Дневник БЛАГОДАРНОСТЕЙ.** Начать вести записи:

1. Вспомните человека, которому Вы благодарны за что-то сегодня, вчера, за далёкое прошлое. Напомню, что все Ваши «жизненные учителя»<sup>86</sup> должны стоять в этом списке в первых рядах!

2. Напишите, за что Вы благодарны ему и обязательно упомяните его вот так:

- имя;
- что ценного он Вам дал: толчок идти вперёд; мотивацию; навык; научил чему-то; дал ценный совет; поддержку; дал денег; своё...
- что с его помощью Вы приобрели, или чему он Вас научил (приблизительные ответы):
- я узнал/-а о своей жизнестойкости;
- изменилась иерархия ценностей (стал/-а больше ценить то, что раньше не считал/-а ценным);
- стал/-а больше заботиться о себе или близких... людях;
- приобрел/-а и расширил/-а компетенцию в разных сферах: профессиональная деятельность, знания, быт, отношения, здоровье...;
- узнал/-а свою глубину, силу, стойкость...;
- благодаря ему я научился/-лась проживать те вещи, которые раньше не смогла бы прожить;
- это привело к положительным последствиям в: отношениях с собой и окружающим миром...

3. Поблагодари его за этот подарок, пошли ему симпатию, тепло, любовь...

4. Занеси его в список своих психологических спонсоров.

---

<sup>86</sup> Обидчики, обманщики, «злодеи».

### Очень быстрый выход из негативных эгрегоров

*Благодарность — прекраснейший из цветков души.*

*Генри Уорд Бичер*

Да, чуть не забыла... Мои ученики и клиенты спрашивают: «Как быстро повысить вибрации и выйти в позитивные эгрегоры или выйти из кризиса болезни?» Начните благодарить три дня подряд всех и вся, начиная с себя. Едите кашу — поблагодарите того, кто сварил, кто продал крупу, кто вырастил, землю, на которой росла культура, дождь, который поливал, ветер и солнце, которое ласкало и помогало вырасти этим злакам. ВСЕМ, ВСЕМ, ВСЕМ дарите энергию БЛАГА!!! И уже через сутки в человеке происходят чудеса! Через три происходит его выздоровление.

Поутру, проснувшись, благодарите солнце или луну, за энергию. Себя за что-то хорошее настроение, близких за их важную роль и вклад в Вашу жизнь, свою болезнь за заботу о Вас. И после игры в благодарность, Вы увидите, что люди сами начинают Вам предлагать помощь! Придумайте сами себе список благодарностей, а я Вам в помощь даю стихи моих учеников и, возможно, Вам откликнется что-то из этих прекрасных строк и Вы возьмёте себе на будущее.

### Отчёты и творчество участниц курса

Светлана Литвинова: «Я вся в процессе обучения! Сегодня пришлась кстати техника — писать благодарности. Получила от сослуживицы критику, в Душе появилось желание то оправдываться, то разбирать её поведение. То отвлекалась, то опять лезли «вредные».

Я ехала в транспорте и в очередной раз посещения ненужных эмоций решила мысленно говорить 40 благодарностей ей. Минут через 10—15 вышла из автобуса. Времени думать уже об этом не было, и я вдруг поняла, что той тяжести уже нет. Я спокойно об эпизоде думаю, и всё прошло. Во время вечернего занятия, когда говорили об успехах, решила, что это мой УСПЕХ! Я молодец!!!!!!!!!!!!!»

### *АВТОР Елена Турбина*

Проснувшись рано поутру,

Здороваясь с собой:

Сначала с личностью своей,

Затем с моей душой!

Я посылаю им любовь, симпатию мою,  
Благодарю я их за всё и песенку пою!

Потом и телу своему я говорю: «Привет!»  
И жду, как, радостью наполнившись, даст организм ответ!  
Все органы свои я от Души благодарю!  
И свет любви, тепло и радость я тотчас им дарю!

Затем я к Миру обращаюсь:  
«Как я тебя люблю!  
Как я тобою восхищаюсь,  
Симпатию и благодарность я, Мир, тебе пошлю!»

Иду к своим родным я и их благодарю,  
За вклад в моё развитие любовь им всем дарю!  
Добавлю им симпатию,  
Где надо — поддержу,  
Когда же им взгрустнется,  
Слова любви скажу!

К Земле я обращаюсь:  
Как я её люблю!  
Как ею восхищаюсь и вновь благодарю!  
И так мой каждый день идёт:  
Я ВСЕХ БЛАГОДАРЮ!

Учусь любить и верить,  
Симпатию дарю!  
И если каждый человек  
Начнёт любовь дарить,  
Земля начнёт смеяться  
И всех благодарить!

Посыплются подарки для всех для нас ...УРА!!!  
Мы начали благодарить друг друга ещё вчера... И  
день за днём процесс идет СВЕТА И ДОБРА!!!  
Наставники уже готовы кричать нам всем: «УРА!!!»  
Такое упражнение Полина нам дала,  
За что ей благодарность и ГИП-ГИП-УРА!!!

### Глава 3.

#### Третий кит, на котором зиждется ключ ко всем дверям

*Если Вам сказали, что Ваш поезд ушёл,  
помните — есть ещё много других видов транспорта.*

*Неизвестный автор*

Помните первых двух китов, о которых я говорила выше? Это позитивные формулировки + позитивные образы и высокое позитивное намерение. Как Вы думаете, третий кит — это что? Это ВЕРА в светлое будущее. Это три основы, на которых держится удачная жизнь индивида. Человека, освоившего главные правила позитивного программирования своего будущего, ждёт счастье. Он выходит на высокие вибрации, тем самым он неуязвим! Нет резонанса с низшим астралом. Порчи, сглазы, болезни, несчастные случаи — всё это проходит мимо. Метафорично можно представить, что такой человек летит в бронированном самолёте на высоте 12 тысяч метров над землёй, а внизу бушует война — борьба за энергию. Вера — это наши убеждения и верования. Наши убеждения оказывают огромное влияние на наше поведение. Принято считать, что если человек по-настоящему верит, что он может что-либо совершить, то обязательно это совершит. Но если он убеждён в невозможности этого, никаких сил недостаточно, чтобы убедить его в обратном. Такие убеждения, как «Уже слишком поздно», «Ничего не поделаешь, здесь я бессилён», «Я — жертва обстоятельств», «Раз уж на мою долю выпало, никуда не денешься», часто могут являться камнем преткновения, не позволяющим человеку в полной мере использовать весь потенциал своих естественных ресурсов и бессознательной компетенции. Наши убеждения относительно самих себя и своих возможностей в окружающем мире неизменно влияют на повседневную деятельность. У каждого есть убеждения, служащие ресурсом. Наряду с этим есть убеждения, сдерживающие движение вперед.

#### Как влияют убеждения на интеллект и жизненный успех

Мы много говорили о силе мысли и их последствиях. Теперь мы выйдем на уровень психологии и поговорим о теме убеждений с позиции этой науки.

«Даже те убеждения, что сложились по отношению к нам у других людей, могут возыметь

на нас своё действие. Это было продемонстрировано в одном весьма оригинальном исследовании, в ходе которого группа детей с уровнем умственного развития, аттестованным как средний, была совершенно произвольным образом разделена на две равные подгруппы. Одна из них была вверена одному учителю как группа «одарённых» детей. Вторая — другому учителю, но уже как группа «отстающих». Год спустя обе подгруппы были вновь аттестованы на уровень умственного развития. И вовсе не удивительно, что большинство детей, произвольно записанных в «одарённые», получили гораздо более высокий балл, чем на предыдущей аттестации, в то время как большинство тех, кого определили в «отстающие», показали значительно более низкий результат! Убеждения учителей относительно способностей своих учеников повлияли на обучаемость последних. Наши убеждения могут формировать, изменять и даже определять уровень наших умственных способностей, состояние здоровья, социальные связи, творческие способности и даже степень личного счастья и жизненного успеха.

При этом если убеждения и в самом деле являются столь могучим фактором нашей жизни, каким образом можно научиться управлять ими так, чтобы они не начали управлять нами? Многие из наших убеждений были получены нами в детстве от наших родителей, учителей, социального окружения и средств массовой информации ещё до того, как мы могли осознать оказываемое ими влияние или сделать выбор по своему усмотрению. Возможно ли перестроить, изменить или разучиться верить в свои старые, ограничивающие убеждения, и взять на вооружение другие, способные вывести нас за пределы старых ограничений на новые орбиты, превосходящие наши самые смелые предположения? И если такое возможно, то каким образом мы можем это осуществить? Есть простые упражнения, которые помогут Вам успешно встроить новый шаблон поведения, смотри ниже.

### **Избавление от лишнего веса**

Существует масса программ диетического питания, которые коренным образом отличаются друг от друга. В некоторых случаях различные программы толкуют совершенно обратное. Одни, например, говорят: «Вы можете есть всё что угодно до тех пор, пока занимаетесь физическими упражнениями». Другие утверждают: «Неважно, какие упражнения Вы делаете, главное — правильно питаться». Некоторые регулируют то, что Вы обычно едите. Другие требуют особого набора продуктов. Но самое удивительное, что все они для кого-то да срабатывали. Другими словами, каждая из них была эффективна для определённой категории

людей. Один из моих коллег решил исследовать эти программы, но вместо того, чтобы моделировать каждую из них отдельно, он напрямую обратился к людям, которым помогли различные диеты, с вопросом: «Что произошло и как это сработало?». Он обнаружил, что все эти люди, независимо от того, какой программой они пользовались, обладали двумя общими характеристиками.

Первая заключается в том, что переход на диету сопровождался у них ещё какой-либо кардинальной переменной в жизни — сменой работы, социальных связей или всего внешнего окружения, если они переезжали на новое место жительства.

Второе, о чём они сообщили, была их реакция в духе: «На этот раз я действительно был готов к переменам!» Они были готовы сбросить вес, и мне кажется, что именно эта готовность сыграла весьма важную роль, особенно в отношении убеждений. Когда кто-либо, готовый к переменам, входит в Ваш кабинет, на него можно просто подуть, и он изменится. При этом можно делать всё что угодно: единственное, чего он ждёт, — это разрешения. Поэтому вопрос нужно ставить так: «Как подготовить человека к тому, чтобы он был готов измениться?» Если некто верит в то, что он может измениться, — он изменится.

Разрешите себе изменяться! Если самостоятельно не получается, то всегда есть компетентные люди — психологи, которые помогут открыть Вам эту дорогу. Существует ряд техник, которые успешно применяются психологами и приводят к потрясающим результатам.

Вам нужно сделать только первый шаг навстречу, сделайте его прямо сейчас.

### **Как убеждения влияют на здоровье**

Большинство людей признают, например, что их система убеждений может как прямо, так и косвенно влиять на их здоровье. Чаще всего бывает совсем несложно выявить отрицательные убеждения, ведущие к таким неприятным для общего состояния здоровья последствиям, как развитие вредных привычек, повышенная утомляемость, ослабление иммунной системы организма и стрессовые состояния. Почти каждый, кто профессионально связан с заботой о здоровье человека, признаёт, что общий моральный настрой пациента является наиболее влиятельным фактором в процессе выздоровления. На протяжении всей истории медицинских исследований неоднократно подтверждалось, что средства, обладающие лишь плацебо-эффектом, могут быть столь же действенными, как и самые сильные лекарства. Вместе с тем, причина этого явления до сих пор оставалась загадкой. Есть одна версия, что все программы самооздоровления уже присутствуют в организме человека.

Самовнушение, как и гипноз, может сработать на активизацию необходимой программы. Это своего рода спусковой механизм или включатель. Но самая значимая часть перемен находится в самом настрое человека на жизнь. Переосмысление своего поведения. Если он настраивается на позитив, любовь к окружающему миру и следует этому в жизни, то как раз убеждение на то, что я всё смогу, и становится пусковым крючком изменений в лучшую сторону. Многие исследователи даже полагают, что возможно «обратное действие плацебо», приводящее к возникновению многих заболеваний.

### **Излечение от рака в последней стадии**

В ходе ещё одного интересного исследования было опрошено сто человек, сумевших излечиться от рака. Всем этим людям был поставлен диагноз рак в заключительной стадии, но, по прошествии от десяти до двенадцати лет, они все ещё здоровы. В данном случае исследователь также попытался установить, что общего между всеми этими людьми?! Как выяснилось по ходу дела, курсы лечения, которые они проходили, также весьма различались. Некоторые подвергались обычным врачебным процедурам, хирургическим операциям, химиотерапии и облучению. Другие прибегали к таким нетрадиционным методам, как акупунктура. Иные следовали диете и моделям питания. Некоторые встали на стезю психологии или религии. Кое-кто вообще ничего не делал. Единственное, что было общего у всей этой сотни людей, — все они верили в то, что их действия принесут ожидаемый результат. В истории медицины существует один весьма наглядный пример силы убеждения — безвредные лекарства, выписываемые для успокоения пациента, так называемое плацебо. Эффект плацебо имеет место в тех случаях, когда пациенту, уверенному в том, что ему назначают нужное лекарство, выписывается совершенно безобидное средство, и он тем не менее выздоравливает. Будет весьма любопытно рассмотреть этот феномен подробнее.

### **Эффект плацебо**

Эффекту плацебо посвящено множество исследований, поскольку в Соединённых Штатах каждое новое лекарство тестируется через эффект плацебо. И, как показывают эти исследования, примерно в одном случае из трёх плацебо оказывает то же действие, что и настоящее лекарство. Но это в среднем. В некоторых исследованиях отмечается, что плацебо действует так же хорошо, как и морфий примерно в 54% случаев. Было проведено



даже «обратное» исследование, в котором люди, отзывчивые на плацебо и не относящиеся к таковым, получали настоящее лекарство. Им давали обезболивающие средства типа морфия, и, как выяснилось, чутким к плацебо людям он помогал в 95%, а всем остальным — только в 46% случаев. Разница составила примерно 50%, и это убедительно свидетельствует, что даже для настоящего лекарства в ряде случаев необходима убежденность в его действенности. Плацебо оказались действенными и при лечении раковых заболеваний. В одном исследовании пациентов подвергали «плацебо-химиотерапии», в результате чего около трети из них полностью облысели. Одним из наиболее эффективных электрошоковых аппаратов в Калифорнии является тот, который не включают уже три года. Прежде чем подключать к нему пациентов, им дают обезболивающие средства, в силу чего психические больные бывают уверены в том, что они получили электрошок, хотя на самом деле ничего не было. Эффект при этом гораздо выше, чем при настоящем электрошоке. Ещё одно исследование показало, что блестящие мелкие красные и очень дорогие пилюльки обладают значительно большим эффектом плацебо, чем крупные беловатые недорогие таблетки.

**Примечание:** Помните, я говорила то же самое про то, что человек не верит в лёгкие методы исцеления себя, ему подавай что-то посерьёзней, посложней, подороже, тем самым это оправдывает долгие годы собственных страданий. А Вы поверьте, что это маленькая книжечка, которую Вы держите в руках, может изменить всю Вашу жизнь к лучшему. И эти изменения настанут в одночасье!

Другими словами, субмодальности лекарства также имеют большое значение. В своё время Бэндлер и Гриндер попытались начать выпуск средства, названного ими Мега Плацебо, но весь проект был остановлен правительством. Возможно, власти побоялись, что вся фармацевтическая промышленность страны останется не у дел.

Ожидание собственной действенности: взаимоотношения между убеждением, способностью и поведением. Эффект плацебо наглядно демонстрирует роль и скрытую силу убеждения. Убеждения неотделимы от будущего. Функция убеждения связана с активацией способностей и поступков. Человеческие существа обладают целым рядом способностей, позволяющих им влиять на глубинные биологические процессы, которыми мы никогда не пользуемся, поскольку не верим, что это нам под силу. До того, как была открыта биологическая обратная связь, никто не мог поверить, что мы можем влиять на частоту сердцебиения или на кровяное давление. Сейчас же мы начинаем верить, что человек может

развить у себя эти способности. И раз люди начинают верить в то, что способны влиять на раковые заболевания или иммунную систему, они непременно начнут заниматься развитием этих способностей, используя в этих целях процесс проб и ошибок.

Но возможно ли непосредственно прибегнуть к этому источнику жизненной силы и обратить его на пользу человеку, ищущему исцеления?

### Развитие внутренних способностей

Альберт Бандура из Стэнфордского университета выдвинул концепцию, которую назвал «ожидание собственной эффективности» (self-efficacy-expectation). Эта концепция касается наших убеждений в собственной эффективности при выполнении какого-либо действия. Он брал людей, которые боялись змей, и просил их оценить своё убеждение относительно своей способности дрессировать змей. Сперва они давали себе весьма низкую оценку и затем в действительности показывали плохие результаты. Тандем таков: «Если я не верю в то, что буду действовать весьма успешно, то моя действенность будет соответствовать этому».

Посредством моделирования мышления и внушения нужных фраз он заставлял людей поверить в их способность к дрессировке. Он стал часто обнаруживать, что убеждение человека в том, что он может это сделать, увеличивалось. Тут ещё работает следующее обстоятельство. Как правило, человек обладает некоторой степенью бессознательной компетенции чего-либо,<sup>87</sup> и результат этой деятельности улучшается одновременно с ростом его убеждения до тех пор, пока не выходит на новое плато, то есть результат подтягивается к убеждению».<sup>88</sup>

**Представьте в своём воображении гусеницу. Голова гусеницы Принцип гусеницы** — это убеждение, вся оставшаяся часть (основная) — это деятельность, дело, которое осуществляется человеком. Голова двигается вперёд, чуть позже подтягивается всё тело. Например, человек хочет научиться плавать, он формирует новое убеждение «Я могу легко научиться плавать». Далее он переходит непосредственно к делу. Записывается в бассейн и ходит туда 2 раза в неделю. В этой точке человек должен поддерживать своё убеждение или уровень ожидания на высокой ноте уверенности, до завершения процесса проб и ошибок,

---

<sup>87</sup> Это опыт из прошлых жизней.

<sup>88</sup> Дилтс Р. Д46 Изменение убеждений с помощью НЛП/Пер. с англ. В. П. Чурсина. — М.: Независимая фирма «Класс», 1997. — 192 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).

которые неизбежны в приобретении любого нового опыта. Нужно время и терпение для развития новой способности, нового поведения. Человек должен измениться, должны укрепиться новые модели поведения — полезная привычка, навык. И схема «Принцип ГУСЕНИЦЫ» работает всегда вместе. Отрубите одно от другого — и это уже не жизнеспособное существо. Голова может сколь угодно себя убеждать, что она такая хорошая, но сколько ни говори «халва», в этом случае точно слаще не будет! И, наоборот, без головы — убеждение, что «Я могу это сделать...», — тело просто не сдвинется с места.

Она же «Не может! Не могу. Не получится...» Необходимо осознать, что убеждения вовсе не обязательно должны отвечать за дела. Это крючок, который подтянет груз, но если этого груза нет, то и подтягивать будет нечего.

«Обратная сторона с затягиванием дела. Если учащийся убеждён, что он может правильно писать или читать, но не получил стратегию развития этой способности, попал к нерадивому учителю. Ему придётся выработать свою собственную стратегию, т.е. придумывать свой велосипед, а это очень долгий путь проб и ошибок, на который перевода убеждения в свои способности может не хватить. Или человек придумывает сам методы оздоровления, то получится то же, что и с учеником. Чем медленнее достигается успех в деле, тем больше усилий потребуется для поддержания самого убеждения. Убеждение может быть утрачено или значительно снизиться. Чем быстрее человеку удастся привести поведение в соответствие с убеждением, тем больше возрастают шансы соответствовать ожиданиям, то есть отличный результат будет бежать впереди Вашего ожидания».

У каждой части своя ответственность и компетенция. Убеждения должны лишь обеспечить мотивацию и видение, чтобы Ваше нынешнее поведение могло развиваться и расти до соответствия им.

«Экспериментально установлено, что существует определённый оптимум (оптимальный уровень) мотивации, при котором деятельность выполняется лучше всего (для данного человека, в конкретной ситуации). Например, уровень мотивации, который условно можно оценить в семь баллов, будет наиболее благоприятным. Последующее увеличение мотивации (до 10 и более баллов) приведёт не к улучшению, а к ухудшению эффективности деятельности, то есть очень высокий уровень мотивации не всегда является наилучшим».<sup>89</sup>

Почему именно такой процент, мне трудно сказать. Но у меня в голове созрела такая картинка. Представьте убеждение в виде всадника с шашкой наголо, мчавшегося на врага,

---

<sup>89</sup> Психологос статья «Закон Йеркса-Додсона» [http://www.psychologos.ru/articles/view/zakon\\_yerksa-dodsona](http://www.psychologos.ru/articles/view/zakon_yerksa-dodsona)

этакий «безбашенный» молодец-удалец. Он так увлёкся своей лихостью, ухарством, что забыл посмотреть назад — а рядом ли подмога, основная сила и поддержка? Именно поэтому важно соблюдать баланс в «законе гусеницы» — убеждение + дела. Убеждения должны лишь обеспечить мотивацию и видение, чтобы Ваше нынешнее поведение могло развиваться и расти до соответствия им.

**Итого:** У каждой части своя ответственность и компетенция. Одного убеждения мало, нужен реальный план действий изменения поведения и тактики. И, как правило, при наличии подходящей умственной стратегии можно улучшить этот неразрывный тандем: убеждение -> дело.

**Ваша ВЕРА + конкретные действия по изменению ситуации, приправленные позитивным НАМЕРЕНИЕМ и позитивной ФОРМУЛИРОВКОЙ И ОБРАЗОМ — вот залог любого успеха.**

### **Роль внешнего окружения при выработке убеждений**

Из опыта психотерапевта Р. Дилтса: «Внешнее окружение также способно либо поддерживать, либо разрушать убеждение. Я могу продемонстрировать это на близком для меня примере о моей матери, у которой семь лет назад был рецидив рака и при тщательном обследовании врачи обнаружили, что практически каждая кость её скелета была отмечена метастазой. В итоге, решено было ничего не предпринимать, кроме того, что могло бы «уменьшить беспокойство», но ничего хорошего ей при этом не обещали. Мы не теряли надежды и прибегли к различным методам НЛП.<sup>90</sup> И появилась вера в то, что она сама сумеет повлиять на своё здоровье. Когда же она рассказала об этом своему врачу, он был весьма раздосадован, заявив, что это полная ерунда, и настоятельно рекомендовал прекратить попытки. Я попытался убедить его в обратном, но он сказал, что мне не следует «проводить опыты над своей матерью». Таким образом, убеждение начинает подвергаться влиянию внешнего окружения, и Вам необходимо утвердиться в нём настолько, чтобы никакое давление извне не могло его поколебать. Если же внешнее окружение благоприятно, создаётся надёжная система поддержки. Хотя моя мать привыкла неукоснительно выполнять предписания врачей, однако в этом случае предпочла не следовать рецепту, в котором прописывался летальный исход, и, когда через три месяца она вновь посетила этого доктора,

---

<sup>90</sup> Мои методы в этой книге также включают схему Р. Дилтса.

он был ошеломлён произошедшими в ней переменами и вынужден быть признать, что применяемый ею метод заслуживает внимания. Тем не менее, как бы в отместку за успешное лечение без их участия, врачи пытались навязать моей матери курсы различных «терапий», не будучи сами в состоянии объяснить, с какой именно целью они это делали, но она решила придерживаться ранее начатого курса, и по прошествии семи с лишним лет по-прежнему живёт и очень даже здравствует, проплывая по полмили как минимум четыре раза в неделю и даже думать забыв о каких-либо симптомах рака. К сожалению, один из её лечащих врачей, рекомендовавших ей не питать никаких иллюзий и готовиться к худшему, недавно покончил с собой, узнав, что сам неизлечимо болен. Возможно, он стал жертвой своей собственной самореализующейся системы убеждений».<sup>91</sup>

И, как последнюю каплю для осознания того факта, что Вы свободны в своём выборе и перед Вами океан возможностей, я даю Вам в помощь технику Эриксоновского гипноза.

### Формирование прекрасного образа нового убеждения

*Без позитива в голове — без крыльев в жизни.*

*Аркадий Теплухин*

Напишите своё негативное убеждение, например: «Я не смогу сам вылечиться».

Следует сесть поудобнее, расслабиться и мысленно отправиться в комнату творчества. Если у Вас её ещё нет, то просто представьте в своём воображении уютное местечко или комнату, дом или хорошее место на природе, где Вам никто не мешает. Это будет Вашей зоной творчества, где Вы можете ВСЁ. Сами придумайте себе обстановку, проявите буйство фантазии.

Когда закончите, сформируйте в своём сознании другую комнату или местечко — это будет складом/хранилищем/музеем старых нересурсных убеждений с множеством полок.

Теперь возьмите убеждение: «Я не смогу сам вылечиться». Представьте в мыслях это убеждение в виде живого существа. Спросите его: «Что ты мне давало хорошего? Как ты заботилось обо мне? Как ты меня защищало? Чему научило? Что делать хорошего и чего не делать плохого?» \_\_\_\_\_

---

<sup>91</sup> Дилтс Р. Д46 Изменение убеждений с помощью НЛП/Пер. с англ. В. П. Чурсина. — М.: Независимая фирма «Класс», 1997. — 192 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).

Осознайте, что это убеждение нужно было для Вас в своё время, оно оберегало Вас от боли или страдания, это был Ваш «хранитель спокойствия или сил». Но время пришло, и нужно двигаться дальше, и это убеждение больше не может в состоянии поддержать Вас в новом поведении.

Ещё раз поблагодарите старое убеждение. Дайте обещание, что взяли на себя его роль и ответственность. Оно может отдыхать!

Сверните его, как картинку на компьютере, или заверните в коробочку, тряпочку и т. д. и мысленно поместите в хранилище/музей/склад на полочку. Мы ничего не выбрасываем, у нас всё остаётся при нас, мы люди хозяйственные, всё может пригодиться.

Примечание: это нужно для того, чтобы психологически чувствовать себя в безопасности, что на всякий случай есть небольшое спасательное брёвнышко, за которое можно уцепиться. Двигаться нужно постепенно и сразу рубить все концы бывает для людей сложновато. Движемся маленькими шажками, это важно помнить.

Распрощались со старым убеждением, осознали его пользу, идём в комнату/место творчества.

Входим туда, ощущаем там спокойствие, прилив сил и энергии от обстановки, уверенность, что «Я здесь всё могу!». <sup>92</sup> И приступаем к формированию нового надёжного «плота», который будет для Вас опорой в новом поведении, например: «Я легко могу сам стать себя целителем! (можно приписать) Я стал себе целителем. Я даже могу лечить Душу других».

Рисуем в своём сознании красочную картинку, как Вы, здоровый, находитесь в том месте, о котором давно мечтали. С теми людьми, с которыми хотели быть.

Представьте целиком эту живописную картинку, усильте её краски с помощью хорошей музыки, ощущений лёгкости и радости от того, что Вы смогли это сделать. Запомните эти ощущения на уровне своего тела (позы, мимики лица, жесты), слов, эмоций, слуха.

Наслаждайтесь этим образом столько, сколько Вам нужно.

Теперь выйдите из этого состояния, сверните эту картинку как на компе и поместите (мысленно) её в свою голову, в тот отдел, который отвечает за новые программы поведения.

Поставьте все нужные галочки для того, чтобы это программа работала, была активирована. Вы разрешили её использование. И благополучно закройте этот отдел.

Примечание. Вы можете воспользоваться моей медитативной практикой «Образ будущего Я» на канале Ютуб. Там Вы найдёте другие очень полезные практики для расслабления тела

---

<sup>92</sup> Помните, что в этом месте Вы имеете возможность быть кем угодно, например, суперменом, смелым, отважным, настойчивым... Расширьте своё сознание максимально! Здесь мы разрешаем себе самые лучшие качества, здесь Вы сам хозяин своим мыслям и мечтам! Это помещение/место является свободной зоной от негатива.

и укрепления связи со своими ангелами-хранителями.

### **Поздравляю!**

В Вас теперь есть новая программа, это прекрасно! Вот так свободно и легко меняем свои убеждения и программы! Помните, что человек сам себе выстраивает убежище из нересурсных убеждений, потом забирается в него и ждёт, когда оно обвалится.<sup>93</sup>

Стройте себе дом из крепких, позитивных, ресурсных убеждений и Высоких намерений, которые будут Вам верными помощниками в Вашем духовном росте, и подкрепляйте их своими новыми делами.

### **Подводим итоги**

Друзья мои, если Вы будете пошагово отрабатывать до уровня рефлексов новые позитивные модели мышления и поведения, то Вы легко и быстро поднимете свои вибрации до уровня 500 единиц по шкале Хокинса, а это уровень ЛЮБОВЬ. Высшие вибрации исцеляют ВСЁ! Тем самым, все Ваши болезни уйдут сами по себе. Вы подстроитесь под Высшие вибрации Космоса, следовательно, выключите свои разрушающие программы. Помните, только сам человек может взять себя «за шкуру» и вытянуть из «болота». Никто не способен за него это сделать, даже миллион талантливых психологов и экстрасенсов. И даже его ангелы-хранители. Помните, ангелы ждут, чтобы человек сам начал этот процесс, а они помогут.

### **Просите их о помощи**

*Просите о помощи*

*Просьба о помощи — не признак слабости,*

*а признак мудрости, друг!*

*Полина Сухова*

Помните один из важнейший законов мироздания. Послание от Ангелов для людей: «Наша деятельность подчинена многим универсальным законам, к числу которых относится

---

<sup>93</sup> Кстати, катастрофизация — это любимая тема нашей страны, да и не только нашей, можно сказать, всего мира. СМИ нам внушают, что «Мы все в ж...!» Психика человека находит так себе защиту. Когда ты себе эту «ж...» придумал, то не так страшно. Это профилактика, потому как если ты там сидишь, то туда тебя никто уже не посадит! Потому что дальше просто некуда. И ты уже не испытаешь сильного разочарования, ведь ты этого ожидал. Но душевная боль-то остается от безысходности! Плюс пребывание в низшем астрале Земли: «И когда он подумал, что находится на дне, со дна кто-то постучался» (неизвестный мне автор).

и Свобода воли, позволяющая Вам принимать самостоятельные решения и делать собственный выбор. Поэтому мы терпеливо ждём Вашего обращения к нам. Вместо того чтобы жаловаться, попросите о помощи! Просите у нас помощи в любых делах, больших и малых. Но больше просите прояснить Ваш разум, укрепить веру и дать мужество для реализации своих планов по развитию Души! Попросите окружающих людей оказать Вам содействие. Мы также действуем через них! Просите нас о помощи Вам, и мы сразу же приступим к работе».<sup>94</sup>

### Как эффективней закрепить материал книги?

Моя рекомендация для более эффективной работы над собой. Возьмите одно упражнение из Домашних заданий. Их всего семь:

1. Упражнение «Презумпция невиновности личности, или Плюс 100 к моей карме».
2. Правильно поставленное намерение.
3. Позитивная формулировка и позитивный образ.
4. Выявление скрытых негативных программ и направленные внушения.
5. Вычерпываем плюсы из жизненных творческих задач.
6. Правильно получаем энергию из внешнего мира. Упражнение «Плотность счастья на момент времени» и «Богатство мира».
7. Игра «БлагоДарю» выход в реальность РАДОСТИ.

И прорабатывайте одно задание как минимум 3 недели. Можно взять два упражнения параллельно, так некоторые между собой очень переплетаются. Именно после 21 дня новая привычка начинает формироваться и укрепляться.<sup>95</sup> И чуть более чем через 4 месяца, Вы себя не узнаете. При условии, что Вы честно будете работать над собой. В противном случае — просто смотреть на лестницу развития малоэффективно. Хотя..., возможно, для кого-то ещё не настало время великих перемен. В то же время напоминаю, что наше необычное время, Квантовый переход, не будет ждать, когда кто-то созреет, он распределит каждого на своё место. Кто-то пойдёт выше по измерениям, кто-то останется внизу. И где Вы

---

<sup>94</sup> Просить долго, в многочисленных молитвах, тем более в местах, отведённых для молитв,— лишнее. Уединитесь в тихом от людей месте, можно на природе. Достаточно один раз сформулировать свою мысль-просьбу (намерение и цель в позитивной формулировке и образе) и отправить её вверх посредством визуализации. Поверьте, наверху Вас сразу услышат. Мой сын часто мне говорит: «Что ты мне как дауну повторяешь одно и то же». Вот и Ангелы Наверху очень Высокоразвитые и всё схватывают на лету. А если сразу Ваши желания не исполняются, значит, загвоздка в Вас самих, нужно найти причину, что сделано не так, может, желание идёт вразрез с желаниями Вашей Души.

<sup>95</sup> Поддерживать уровень своей мотивации в работе над собой просто. Хвалите себя за каждый маленький шагок вперёд. А для этого свои успехи нужно замечать и сравнивать только с самим собой, но вчерашним! Заведите себе привычку вечером перед сном выписывать все свои маленьки достижения. После этого похвалите себя, как будто Вы для себя родная мама!



окажетесь — в этом Мире или другом, — зависит только от Вас самих. От Вашего мышления!

### Схема работы по оздоровлению Души и Тела

Важное примечание! Прежде, чем Вы начнёте заново читать книгу и уже основательно начнёте мастерить себя в этом направлении, стоит учесть ещё несколько важных моментов.

Эффективной проработке своей системы мышления должен сопутствовать хороший физический фон тела. Заботясь о нём, Вы даёте ему накопить достаточно энергии, чтобы поддержать разум, и тогда разум сможет справиться с одолевающими его сомнениями и дать своему истинному глубинному мудрецу указать Вам верный дальнейший путь. Вы будете лучше слышать свою Душу!

#### Работа с телом:

1. **Расслабление.** Постоянная работа над расслаблением тела. Это **ОЧЕНЬ ВАЖНО!**<sup>96</sup> Минимум 1 раз в день нужно расслаблять тело целенаправленно в течение 15—20 минут. Загляните ко мне на канал Ютуб, в плейлист «Медитации», там найдите для себя подходящие. Очень хорошая «Медитация покоя» и «Релакс». Можете приобрести у меня лично целый перечень медитаций в тему оздоровления Души и Тела, например, аудиоальбом «Я из будущего».

2. **Повышение уровня гормона серотонина (гормона радости) в крови.** Серотониновая диета — диета хорошего настроения. Нужно восстановить естественный баланс гормона серотонина в крови. Это можно сделать легко через питание и правильный образ жизни.<sup>97</sup> Самостоятельно зайдите на мой сайт «Психология в каждый дом!» и найдите вот эту статью «Как противостоять сезонной депрессии?» Освойте её и составьте себе на каждый день приблизительную серотониновую диету.

3. **Соблюдение кислотно-щелочного баланса.** «Его суть состоит в способности организма присоединять к себе или, напротив, отдавать атомы водорода. Вещества, забирающие его, называют щелочами, а отдающие — кислотами. А для того, чтобы живое биологическое тело имело право на здоровое существование, в нём должно быть соблюдено правильное соотношение этих элементов. Исчисляется кислотно-щелочной баланс показателем pH

---

<sup>96</sup> Одним только расслаблением можно вылечить основную массу заболеваний. Только тут нужно одновременно расслаблять и мысли, и само тело. Про мысли много было сказано, и у Вас есть все инструменты для этого. А вот посредством медитаций и аутотренингов Вы эффективно расслабляете тело.

<sup>97</sup> Помните, что нелегко работать над собой психологически, если тело обеспокоено, нет питательных элементов и гормональная система разбалансирована. Я всегда тяжело депрессивных клиентов отсылаю на сдачу гормонов, чтобы посмотреть общий баланс. Но даже если не сдавать анализы, Вы можете легко привести к норме свой «скафандр», чтобы он не отвлекал ресурсы и энергию от работы над Душой. Именно поэтому у многих не хватает сил по работе в области психологии.

в крови, который в норме у человека составляет 7,35—7,45 единиц. Для организма весьма важно удерживать эти цифры в этих чётко обозначенных рамках. Всякие, даже незначительные трансформации в данном равновесии приводят к нарушению всех протекающих внутри человека биохимических процессов и его болезни или даже летальным случаям. Смещение кислотности в ту или иную сторону может иметь разные последствия.

Повышенная кислотность нарушает синтез коллагена. При закислении значительно ухудшается транспортировка кислорода к тканям и органам и прекращается усвоение важных минералов. В целом ацидоз (повышенная кислотность) способствует:

- ускоренному размножению вирусов, паразитов и бактерий;
- набору веса;
- развитию сахарного диабета;
- образованию камней в мочевом пузыре и почках;
- развитию онкозаболеваний;
- нервной возбудимости;
- хрупкости костей и др.

Пониженная кислотность или чрезмерное защелачивание также нежелательны. Щёлочь способствует нейтрализации кислоты, но когда развивается её переизбыток (так называемый алкалоз), это может также давать неприятные последствия: ухудшение усвоения минеральных веществ и токсикация крови. Щелочей в организме должно быть в 3—4 раза больше, чем кислот. Если этот баланс нарушается, то человек заболевает. Если кислот много, то в организме происходит срочный выброс щелочных минералов: магния, калия, кальция и натрия и она нейтрализует кислоту, но если в организм попадает больше кислоты, то этих минералов просто не хватает. Происходит вымывание этих минералов. Организм закисляется. Щёлочь подавляет кислоту и выводит из организма избыток натрия и хлора. Клетки оживают и начинают снова активно усваивать кислород.

Защелачивание организма происходит, в общем-то, довольно редко и вызывается в основном чрезмерным употреблением лекарств, имеющих в своём составе щёлочь. А вот повышенная кислотность — явление достаточно частое. О появлении данных сбоев могут свидетельствовать следующие симптомы:

Реагировать на закисление начинают все системы организма. Появляются воспаления мочеполовых путей, спазмы и боли в желудке, частые заболевания дыхательной системы, скачки артериального давления. Эмоциональное состояние человека также начинает

характеризоваться повышенной раздражительностью и нервозностью, настроение отличается грустью и депрессией.

Что оказывает влияние на кислотность?

- продукты питания — все они делятся на щелочные и кислотные;
- напитки — вода участвует в образовании кислотно-щелочного баланса;
- движение и нагрузка — в умеренных количествах они помогают освобождаться от избытка кислот.

### Восстановление баланса

Для самостоятельного определения кислотно-щелочного баланса можно использовать простой тест.<sup>98</sup>

Если правая ноздря дышит легко — в организме преобладает щелочная среда.

Левая легко дышит — кислая.

### Восстановить баланс можно через дыхание

Медленно дышим поочередно одной ноздрей, восстанавливаем баланс.

### Через диету

Для поддержания жизнедеятельности организма нужно потреблять ощелачивающих продуктов больше, чем окисляющих. Соотношение в норме 70:30 или даже 80:20. Вся еда делится на два типа — кислотную и щелочную. Мясо, простые углеводы, сладости, сахара — всё закисляет организм.

Практически все фрукты, вся зелень, богатая щёлочью, и многие овощи относятся к ощелачивающим продуктам питания. Белки — к кислотным. Нейтральная пища — молочные изделия, сливочное и растительное масла.

### Кислые и щелочные продукты

К кислотообразующим продуктам питания относят:

- белковая пища — рыба, морепродукты, мясо, сыры, яйца;
- творог и йогурты (после 6 часов);
- натуральный кофе;
- зерновые, хлеб белый;
- бобовые;
- сахар и субпродукты;
- макароны;

---

<sup>98</sup> Учитываем сломанные перегородки и насморк!

- кондитерские изделия;
- масла рафинированные;
- лимонад;
- алкоголь;
- консервы;
- семечки и орехи (кроме миндаля);
- крахмал и др.

### Щелочные продукты

В ощелачивающих продуктах содержится много воды. Это:

- вся зелень;
- молоко;
- творог, сыворотка (свежесть первые 6 часов после откидки)
- крупы, чёрный хлеб;
- лимоны;
- свекла;
- редис;
- огурцы;
- репа;
- чеснок;
- капуста;
- авокадо;
- морковь;
- картофель»<sup>99</sup>

Узнайте больше в интернете о кислотно-щелочном балансе. Составьте себе приблизительный режим питания, и Ваше тело отблагодарит Вас хорошим здоровьем.

### Как работать с болью?

Чуть не забыла Вам рассказать, как справляться с болью в минуты кризиса. Методы простые и действенные.

---

<sup>99</sup> Источник <http://homepink.ru/odezhda-i-bele/diety-i-pokhudenie/56521-1shchelohnaya-dieta-12>

**1. Договор с наставниками.** Договоритесь со своими ангелами-хранителями о том, чтобы сняли боль (сигнал-напоминалку) о чём-то важном. Но взамен дайте обещание, что найдёте причину чуть позже. Только обязательно его выполните! Шутки тут не уместны. Пример из моей жизни. Мне подошла чередой сделать профилактику зубов, но я её постоянно откладывала из-за нехватки времени. Зубная боль часто мне напоминала об этом важном мероприятии. И вот мне нужно ехать на тренинг, а зубы разболелись так, что это стало угрозой для ведения тренинга. Тогда я просто договорилась со своими наставниками о том, что после приезда домой сразу побегу к стоматологу и боль тут же прошла. По возвращении она включилась как по заказу для напоминания обещанного. *Примечание от автора: мы часто просим Высшие силы о том, чтобы избавили от телесных страданий, но люди не понимают, что именно они нас и стимулируют этими недугами идти вперёд. Поэтому хватит быть нам «попрошайками» и «халявщиками», поработайте сами в сотрудничестве со своими наставниками и приложите собственные усилия для решения задачи и только после этого они выполнят все ваши желания и Души и тела!*

**2. Продышать боль.** После договора со своими ангелами, можно самим поработать с болью. Помним, что без первого пункта второй, как правило, не долговечен! Представляйте через визуализацию: вдыхаете прохладный воздух через больной орган, а выдыхаете как через трубочку тёплый воздух (через тот же больной орган).

**3. Вывести боль из тела.** Представляйте через визуализацию. Окружаете боль вокруг больного места контуром, можно представить, что это шнурок. Затяните его как на мешке, чтобы площадь боли уменьшалась в маленькую точку. Возьмите мощный пылесос в своём воображаемом мире и высосете эту точку. Негативную энергию из пылесоса по шлангу выводим в центр земли, в плазму, как будто в топку. Там она проходит трансформацию, очищается и после этого выходит на поверхность земли в виде бирюзовой энергии, которая будет служить удобрением для деревьев и прочей природы. *\*Важно! Энергию невозможно уничтожить, её можно только перенаправить и изменить полярность - с плюса на минус и наоборот. Нужно соблюдать экологию в энергоинформационном пространстве!*

*Раскидывание своей негативной энергетикой чревато кармическими последствиями, как для самого человека, так и для окружающей среды. Соблюдайте чистоту!*

### **Нужно ли параллельно лечиться таблетками?**

Если болезнь серьёзная и есть угроза ухода в иное измерение, то я рекомендую параллельно

со сменой мышления и поведения (замены всей гнилой системы водопровода) лечиться медикаментозно.<sup>100</sup>

Если же есть возможность слезть с таблеток, то попробуйте без них. Лучше перейти на гомеопатию.

А также очень важно слушать свой внутренний голос Души, а не тёмных эгрегоров. Для этого научитесь отделять мысли своих наставников от астрального мусора. Как? Всё просто. Любые позитивные поддерживающие мысли – это от Высших, любые негативные мысли, которые вызывают страх, это от низших структур. Гоните их обратно или трансформируйте в позитивные, тем самым Вы помогаете очищать наше эфирное пространство, уменьшая эгрегор страха.

### **Добро пожаловать в школу пятого измерения!**

Если Вам одному трудно идти по новой неизведанной дороге, то Вы всегда можете присоединиться к нашей дружной компании. Вас приглашает бесплатная школа «Психология в каждый дом!» Можно набрать сайт с одноимённым названием и записаться в школу в правом верхнем углу. Восемь месяцев Вы будете пошагово изменять мир через себя, что скажется на Ваших успехах во всех сферах жизни. Есть альтернатива для более продвинутых — начальная и высшая школа парапсихологии «Мир души». За очень короткий срок мои методики приводят человека к целостности, внутренней свободе, радости к жизни, к гармонии с собой и окружающим миром. Это не просто громкие слова и заявления, сотни людей обрели состояние внутреннего полёта Души, мы это называем «Полёт Будды».

Люди, прошедшие школу:

- повысили энергетику и улучшили здоровье;
- научились расслабляться, снимать напряжённость в мыслях и теле;
- научились управлять эмоциями и мыслями;
- научились позитивно мыслить;
- избавились от чувства страха;
- избавились от чувства вины, при этом совесть по-прежнему действует;
- научились спокойно (с внутренним комфортом и без эмоций) решать любые встающие

---

<sup>100</sup> Например, когда у меня была серьёзная язва желудка (практически прободная язва, полтора сантиметра в диаметре с сильнейшим крово-течением), я лечила Душу и тело — шла параллельно. Искала причину симптома, работала по вышеописанной схеме и пила таблетки. Через три месяца с момента моего комплексного лечения диагностика показала отсутствие даже каких-то намёков на язву. Врач долго искал её или хотя бы рубец, так и не нашёл, чем был очень обескуражен.

задачи;

- начали верить в собственные силы и возможности;
- научились раскрывать свой скрытый потенциал;
- научились доверять Вселенной;
- приобрели умение тотального принятия людей;
- научились спокойно реагировать на «негативные» уроки жизни, оставаясь в состоянии внутренней гармонии.

**Одним словом — мои ученики могут управлять своей реальностью на все 100%.**

В моих школах каждый человек любого уровня компетенции в психологии найдёт свой набор знаний и поддержки, который пригодится ему для качественной жизни. Приходите. Вам будут **ОЧЕНЬ РАДЫ!**

Дорогой друг! Вот мы и подошли к концу нашего путешествия в мир знаний не для всех. Вы стали намного компетентней, уверенней, возможно даже, спокойней. По-любому на мир Вы будете смотреть уже другими глазами, и видеть многое, что скрыто от других. В этой небольшой книжечке я дала Вам ключ ко всем дверям. Вы поняли, как он называется?

**ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ.** Выбор за Вами: взять его и использовать в своей жизни или пройти мимо такого роскошного подарка! Всё в Ваших руках. Я уверена, что Вы обязательно достигнете состояния гармонии с собой и окружающим миром не в этой жизни, так в следующей. Успехов Вам на Вашем интересном пути познания себя и Мироздания!

И хочу закончить свою книгу впечатлениями моей ученицы курса «Регрессия в прошлые жизни». Она удивительно для себя раскрыла тему **ВЫСШЕЙ ЛЮБВИ** и взаимодействия с энергиями. Истории своих размышлений выкладываются всегда с разрешения участников курса!

### **Если бы ты только знала, какую силу имеет любовь!**

Динара: «Девочки, после путешествий с наставниками ко мне пришло осознание! Нужно вести себя как душа, а не как тело. Душа имеет очень большой потенциал. Вначале надо разрешить, чтоб Душа управляла телом и физическим умом. Я это провела на практике и была удивлена новыми ощущениями! На Душе так легко и радостно! Наша Душа может одновременно быть в нескольких измерениях. Я смотрю на этот мир как Душа, и мне жалко людей, которые ещё спят... У Души нет страха, она очень любопытная и хочет постоянно двигаться и развиваться.

У меня стала меняться картина мира, и я вижу то, на что раньше не обращала внимание.

Когда я улыбаюсь, чувствую, как выработала новую энергию. Когда я произношу позитивные слова, снова вырабатывается новая энергия.

Я сейчас нахожусь в равновесии. Душа первична, а низшие потребности тела вторичны.

И ещё я заметила, что моя Душа с любовью относится к телу (в это время я перестала ощущать деструктивные эмоции, и меня посещают только радостные мысли). Душа сейчас разрабатывает новые идеи, одним словом, занялась творчеством... Когда говорю: «Я Душа, и ставлю от её имени намерение» (внутри появляется чувство, что

так и будет)! Мы, мамы, связаны с детьми через энергетический пупок. И когда ставим намерение и благословляем детей, то наша часть Души их оберегает.

Теперь я осознала причину моего слабого зрения, оказывается, я своими глазами

---



вырабатываю энергию!

Раньше я замечала только негативные ситуации, тем самым вырабатывая деструктивную энергию. А сейчас я «улыбаюсь» глазами и концентрирую своё внимание только на позитивных ситуациях, образах и т. д. Если замечаю грустных людей, глазами «создаю» цветы и мысленно дарю им! И когда выхожу из дома, глазами рисую цветы по всему дому. И практикуюсь быть «Здесь и Сейчас!» Сейчас у меня происходит психическая трансформация. И я считаю, что Регрессия в Тонкий мир — великолепный инструмент для уравнивания ментально-эмоционального состояния.

Я раньше работала по Методу Седоны и Радикального прощения, но чувствовала, что-то не хватает. А сейчас я могу сходить в Тонкий Мир и получить ответы на то, что происходит у меня внутри, и главное, находишь ответы. Остаётся только действовать и заниматься самонаблюдением, жить в моменте здесь и сейчас! Это так здорово!»

### **Другая участница курса прокомментировала опыт Динары.**

Светлана: «Читая отзывы, вспомнила слова своего Наставника, которые были сказаны в регрессии, цитирую дословно: «ЕСЛИ БЫ ТЫ ТОЛЬКО ЗНАЛА, КАКУЮ СИЛУ ИМЕЕТ ЛЮБОВЬ!!!» Эти слова были ТАК сказаны, что пробрали меня насквозь и кинули в дрожь. Мы все нуждаемся в любви, недодаём её другим людям или недополучаем, в результате, чувствуем себя недолюбленными, боремся за неё, стараясь получить от окружающих любым способом. Любовь в отношениях между людьми стала разменной монетой большого достоинства, которую все хотят иметь и в которой все нуждаются, даже иногда сильнее, чем думают.

И хорошо, что мы все, благодаря тем или иным жизненным ситуациям, практикам, ещё больше и глубже начинаем понимать смысл Высшей любви, осознавать её бесценность, раскрывать её по-новому для себя. «ЛЮБОВЬ ИСЦЕЛЯЕТ ВСЁ!!! ЭТО ВЕЛИКАЯ СИЛА!!!», как мне сказал Наставник всё в той же регрессии...»

*Гармонии в Душе и окружающем мире, руководитель онлайн-школ «Психология в каждый дом!» и «Мир души», парапсихолог Полина Сухова.*

**P.S.** Сейчас много говорят о переходе в пятое измерение — или, как ещё говорят, вознесение или трансмутация личности. Это действительно происходит. Как нам идти в ногу с такими

переменами? Как быть в авангарде человечества? Как подстроиться под высокие вибрации и частоты? Основной фокус внимания человека должен быть на своём быту и обыденности.

Именно в повседневной жизни, через осознанное мышление и поведение, через выбор сиюминутных реакций и эмоций, человек переходит в пятое измерение. Всё гораздо проще, чем нам обычно кажется. Живите в каждой своей минуте осознанно, позитивно, и Вам гарантировано счастье пожизненно. Успехов! У Вас всё получится, я узнавала. :-)

**P.P.S.** В самом начале книги я привела разговор студента и профессора о Боге. Напомню значимую фразу: «Зло — это результат отсутствия в сердце человека Божественной любви. Это вроде холода, который наступает, когда нет тепла, или вроде темноты, которая наступает, когда нет света», - Альберт Эйнштейн. Дорогой друг! После освоения материалов этой книги

**Вы имеете право:**

1. Управлять своей реальностью!!!
2. Упорядочивать реальность и вносить высшую гармонию в то, что ещё вчера было хаосом.
3. Нести мир и покой туда, где их недостаёт.
4. Погружаться в самые глубины материи для восстановления равновесия там, где оно нарушено, чтобы светлые энергии Высших систем в этом пространстве могли проявлять себя.
5. Пролить Свет туда, где, по своим наблюдениям, слишком много тьмы.
6. Добавлять совершенства туда, где его мало или нет совсем.
7. Вдохновлять человечество на первые шаги к Свету и Гармонии.

*ВСЕЛЕННАЯ*

Контакты, по которым Вы можете связаться с Полиной Суховой:

- lip321@yandex.ru
- p.s.psycholog@yandex.ru
- скайп polin-691
- vk.com/club55290494

Контакты помощников: Есть вопросы по обучению? Пишите в мою службу поддержки, в ближайшее время с Вами свяжутся ya.sorokinaolga@yandex.ru Ольга Сорокина или Татьяна Мухоматшина tatiana.muhomatshina@yandex.ru скайп tatiana.muhomatshina