

ЭНТОНИ  
БУОНО

# ЖИВАЯ КЛЕТКА



КЛЮЧИ ЖИЗНЕННОЙ СИЛЫ

Как включить  
**ГЕН**  
ЗДОРОВЬЯ



Энтони Буоно

**Живая клетка. Как  
включить ген здоровья**

«Издательство АСТ»

2013

## **Буоно Э.**

Живая клетка. Как включить ген здоровья / Э. Буоно —  
«Издательство АСТ», 2013

Здоровье человека, а значит – долголетие, бодрость, активность ума, – зависят не только от состояния систем и органов тела. Здоровье зависит от «нематериального» фактора! Это знали мудрецы древности, это понимают ведущие ученые современности. Здоровье зависит от факторов, которые сложно описываются научными формулами: состояние души, душевная гармония, наполненность жизни смыслом... Можно сказать, наше здоровье напрямую соединено с неким энерго-информационным каналом, который связывает каждую клеточку нашего организма со всей Вселенной. Если связь прочна, то тело человека «настраивается» на ритм, на «дыхание» Вселенной. И человек живет долго и счастливо. Добиться такой прочной связи можно разными путями. Эта книга предлагает один из методов. Попробуйте несколько простых и непродолжительных по времени практик, и тогда вы поймете, что эта маленькая книга представляет собой великую ценность. Данное издание не является учебником по медицине. Все лечебные процедуры должны быть согласованы с лечащим врачом.

## Содержание

Глава 1. как достичь здоровья?	5
Ген Вселенской Гармонии	6
Программа молодости	8
Глава 2. Матрица здоровья	9
Дух, душа и тело	9
Главное – здоровье духа	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# Энтони Буоно

## Живая клетка. Как включить ген здоровья

### Глава 1. как достичь здоровья?

Этим вопросом люди задаются не одну сотню лет.

Чтобы ответить на него, нужно понять, что мы имеем в виду, говоря о здоровье.

Итак, здоровье это:

- Отличный иммунитет, способный *противостоять любым болезням*.
- Возможность *дожить до преклонных лет* и при этом оставаться *бодрым, деятельным*, полезным себе и людям.
- Возможность в любом возрасте *выглядеть и чувствовать себя молодым*.
- Возможность держать *тело* и *мозг* в тонусе.
- Возможность до конца дней своих сохранить *дух оптимизма и жажду жизни* – словно не было ни прожитых лет, ни болезней, ни стрессов, ни неизбежных потерь.

Все это и входит в понятие «здоровье». Это то, к чему стремятся, или хотя бы хочет стремиться любой человек.

Но как же достичь этого?

Ответ на этот вопрос, быть может, покажется парадоксальным.

**К такому здоровью НЕ НУЖНО СТРЕМИТЬСЯ!**

Ведь здоровье – это не что-то внешнее, не какая-то далекая цель, к которой ведет тяжелый путь, полный труда и самоограничений.

**Здоровье – это изначальное, естественное состояние человека.**

И чтобы достичь здоровья, к нему **НУЖНО ВЕРНУТЬСЯ!**

Но «вернуться» вовсе не означает прийти в состояние новорожденного младенца. Тем более что мало кто рождается абсолютно здоровым. Подавляющее большинство людей уже в утробе матери имеют гены наследственных заболеваний.

Вернуться – значит

**ВОССТАНОВИТЬ ГЕН ЗДОРОВЬЯ.**

Ген, который был дан каждому живому существу при начале Вселенной.

## Ген Вселенской Гармонии

Мифы всех народов, все древние манускрипты говорят о том, что некогда на земле царил Золотой век, когда люди не знали ни болезней, ни бедности, жили счастливо и очень долго. Да, мифы есть мифы, в них всегда присутствует немалая доля вымысла и преувеличения. Но любой миф основан на каком-то факте. А уж если мифы о золотом времени *есть у всех народов*, это значит, что в древности люди *действительно* доживали до таких лет, что нам и представить себе невозможно.

Библия повествует, что до Всемирного потопа люди жили по 900, 500, 300 лет... Из книги Бытия мы видим, как срок жизни постепенно сокращался, и последний из ветхозаветных патриархов, Иаков, прожил «всего» 147 лет. Это было почти 4000 лет назад. А что сейчас? Лишь каждый третий доживает до 70. Если человеку за 80 – считается, что он «хорошо пожил». 90-летнего мы громко называем долгожителем. А уж если кто-то дотянул до 100 – его показывают по телевизору как некую диковинку.

Почему же срок жизни человека настолько сократился?

Потому что изменилось само человечество. И изменилось оно на *генетическом уровне – на уровне клетки*.

Ведь во времена долгожителей, о которых повествуют мифы, на Земле были точно такие же физические законы. Точно так же существовали болезнетворные бактерии – их было даже больше, чем сейчас, потому что древние люди воду для питья не кипятили, и могли запросто съесть сырое мясо, не говоря о немых фруктах. Тем не менее, повальных эпидемий нового времени в том Золотом веке не было. Просто люди того века были носителями *гена здоровья* – он-то и помогал им справляться с любыми вирусами и бактериями.

Но почему же ген здоровья был утрачен? Как получилось, что люди очень быстро, буквально в течение двух-трех тысячелетий (а в масштабе мировой истории это совсем небольшой промежуток времени) начали болеть и умирать, не прожив и одного века?

Мифы отвечают и на этот вопрос. Все дело в упадке духа, утрате гармонии. Когда люди жили в гармонии с собой и окружающим миром, они были физически сильны и здоровы, не болели, не враждовали друг с другом, сохраняли душевный комфорт. И как следствие – проживали не один век. Когда же человечество утратило эту гармонию, появились и болезни, и войны, и несчастья – все то, что отравляет и сокращает жизнь человека.

Это значит, что ген здоровья на самом деле не что иное, как *ген вселенской гармонии*. И этот ген зависит не столько от физического состояния человека, сколько от состояния его сознания, то есть – от его Духа.

Каждый из читателей хотя бы раз в жизни на собственном опыте убедился в том, какое громадное влияние имеет состояние Духа на настроение и физическое самочувствие. Врачи знают, что быстрее всего выздоравливают больные с оптимистичным настроением и желанием жить. Напротив, люди, зацикленные на своих страданиях, унылые, депрессивные выздоравливают очень долго и мучительно.

Однако прежде чем касаться вопросов Духа, надо разобраться с тем, что такое ген – на физическом, материальном, видимом уровне. Ген это особая структура, находящаяся в ядре каждой клетки организма. Ген – своего рода секретное «послание», содержащее информацию, от которой зависит жизнедеятельность всего организма. Ген здоровья хранит в себе информацию о нормальном функционировании всех органов. И этот самый ген очень чутко реагирует на мысли, эмоции и нравственные установки человека. С одной стороны, именно эта особенность гена здоровья стала причиной того, что человечество начало болеть и умирать очень рано. Но эта же особенность дает нам надежду и ключ к разгадке главного вопроса:

## КАК НЕ БОЛЕТЬ И ЖИТЬ ДОЛГО?

## Программа молодости

Вы никогда не задумывались над тем, почему человек стареет? Ведь если вдуматься, старение – процесс неестественный. По одной простой причине – организм постоянно обновляется. Каждый день в нашем теле умирают миллионы клеток, а вместо них рождаются миллионы других – молодых, новеньких клеточек.

Самый долгий срок жизни у костных клеток – 15 лет. Значит, каждые 15 лет мы становимся полностью другими, новыми людьми! Отчего же через 15 лет человек, состоящий из новых клеток, старше того, предыдущего? И часто не просто старше – а уже с букетом хронических болячек.

Ученые говорят, что так происходит, потому что каждая рождающаяся клетка воспринимает от клетки умирающей всю информацию – о негативном опыте, о болезнях, вредных привычках и т. д..

Но ведь информацию в эти клетки закладываем мы сами! И если дать своим клеткам установку на исцеление и омоложение, то каждая последующая клетка будет рождаться не просто более молодой и здоровой. В нее уже будет встроена программа здоровья и молодости. То есть, в ней снова активизируется тот самый *ген здоровья*.

Таким образом, вопрос избавления от болезней и продления жизни стоит таким образом:

### Как повлиять на клетку?

Десятки лет проводятся исследования генетического материала. Ученые пытаются встроить программу здоровья непосредственно в ген. К счастью для людей, опыты пока что проводятся только на животных. К счастью – потому что результаты испытаний бывают порой катастрофическими. Уж слишком маленькая и хрупкая структура – ген. Малейшая ошибка может привести к появлению монстра. И мы с вами точно не доживем до тех времен, когда генетическое программирование будет отлажено настолько, что ошибки будут исключены полностью.

Но ведь в древности, когда не только генетических технологий не существовало, но не было и самого понятия о генах, люди как-то умели влиять на клетки! И клетки, обновляясь, не воспринимали программу старости, а продолжали оставаться молодыми и здоровыми! Как же это удавалось жителям Золотого века?

## Глава 2. Матрица здоровья

### Дух, душа и тело

Хотя древние люди и не владели генетическими технологиями, но зато обладали знаниями, которые для жизни были гораздо безопаснее, а главное – намного эффективнее, чем эксперименты с генами.

Все дело в том, что человек в древности рассматривался не на уровне одной клетки, а на уровне всего своего существа. Издавна было известно, что человек – это триединство

ДУХА, ДУШИ и ТЕЛА.

И только правильный баланс этих трех составляющих может обеспечить человеку полноценное существование.

Когда человек стал слишком «телесным», то есть, стал воспринимать свое тело как главную составляющую – вот тогда-то и появились болезни, сократился срок жизни.

Но этот баланс восстановить вполне возможно. Конечно, это потребует определенного труда, но главное – понимать, что все три составляющие человеческого существа – дух, душа и тело – взаимосвязаны. А значит, изменяя одно, мы влияем на два других.

Йоги и восточные мистики называют эти составляющие «**планами**». Два тонких, высших плана – дух и душа, а физическое тело – это грубый, низший план. Впрочем, такое деление довольно условно. В человеке нет ни низкого, ни высокого: все одинаково важно и необходимо.

Но даже не в этом дело. Ведь эти планы не просто взаимосвязаны: они **взаимопроникают** друг в друга, так что порой очень трудно определить, под влиянием какого плана человек совершает те или иные действия.

Взять, например, такой естественный процесс, как прием пищи. Если рассматривать этот процесс лишь на уровне физиологии, то человек вполне мог бы обходиться самой простой пищей, лишь бы в ней были все питательные вещества. Но человеку хочется, чтобы пища была еще и вкусной и эстетически привлекательной – то есть, в ход идут эмоции. А если за трапезой присутствуют дорогие нам люди, то это уже не просто прием пищи, а общение, веселящее душу и поднимающее дух.

План, который можно условно назвать «душой» – это область человеческих эмоций, желаний, настроений. Этот план более тонкий, чем физический, однако он довольно трудно поддается управлению. Дело в том, что душевное состояние очень изменчиво и часто находится под влиянием внешних или внутренних обстоятельств (воспоминаний, размышлений, мечтаний).

Высший план – область Духа. Эту область можно условно разделить на житейский дух, к которому относится мыслительная деятельность и нравственные установки, и Дух сакральный – к нему относятся мистические и религиозные переживания. Жизнь человеческого духа – одна из самых больших тайн бытия. Но дух поддается развитию, и с его помощью можно влиять как на состояние души, так и на состояние физического тела.

## Главное – здоровье духа

Почему люди болеют?

На этот вопрос многие врачи ответят очень просто: потому что слабеет иммунитет, потому что организм изнашивается, потому что его атакуют вирусы и болезнетворные бактерии, потому что плохая экология, стрессы, депрессии...

Все это верно, но все это не причины болезней, а факторы окружающей среды.

Истинные причины болезней лежат в болезнях Духа. Всем знакома расхожая поговорка «В здоровом теле – здоровый дух». Правда, мало кто знает ее продолжение. Целиком же она звучит так: «В здоровом теле здоровый дух – явление редкое». Говоря так, древние римляне подчеркивали, что не тело оказывает влияние на дух, а дух на тело.

Да – как ни странно, но улучшая только физическое состояние, человек не может изменить себя кардинально.

Разумеется, активный образ жизни, правильное питание, очищение организма, закаливание, физиотерапевтические процедуры очень важны. Но опыт жизни многих поколений показывает, что при всей своей безусловной пользе все это особо не влияет ни на здоровье, ни на долголетие. Полным-полно примеров того, как человек, усиленно занимающийся собственным здоровьем, вдруг заболевает раком и умирает в течение нескольких месяцев. А какой-нибудь пьяница, курильщик и гуляка спокойно доживает до глубокой старости и до последних дней сохраняет ясность ума. А во время катаклизмов выживает не тот, кто физически совершеннее, а тот, чей дух оказался более стойким.

### **Болезни, несчастья и ранняя смерть – следствие беспорядка не столько на физическом уровне, сколько на духовном и душевном.**

Болезнь – это всего лишь следствие того, что происходит с духом. Как известно, чтобы избавиться от болезни раз и навсегда, нужно лечить не следствие, а причину. То есть, заниматься развитием и совершенствованием духа. Именно с этого начинаются все серьезные практики оздоровления и самосовершенствования, начиная с йоги и заканчивая боевыми искусствами. Однако именно этот совет очень часто игнорируется всеми любителями оздоровительных практик. Что, впрочем, неудивительно: «духовное развитие» – довольно размытый термин. Многие просто не понимают, о чем идет речь.

Однако и пренебрегать физическим планом нельзя!

**Запомните:**

**1. Человек это совокупность духа, души и тела, все деления – условны!**

**2. Как человек подобен космосу и содержит в себе программу гармонии, так и в каждой клетке содержится информация обо всем организме!**

А это значит что, если вы хотите сохранить и приумножить свое здоровье, то вам необходимо разбудить свой ген здоровья, РАБОТАЯ НАД ВСЕМИ ПЛАНАМИ!

– В первую очередь необходимо выяснить, нет ли блоков на каждом из планов. В этом вам помогут упражнения первой части Главы 3.

**Возникающие блоки** — это привычный ход мыслей, который не позволяет взглянуть на себя и свою жизнь шире. Это и перекрытые энергетические каналы, что не позволяет энергии течь свободно и лишает как каждую клетку, так и организм в целом необходимых сил. Это и ЛЮБЫЕ хронические болезни!

Создавать матрицу здоровья, не убрав блоки, все равно что пытаться наполнить целебной водой сосуд без дна!

Помните, что важно отслеживать появление блоков с определенной периодичностью: поскольку привычные шаблоны поведения и мыслей очень сильны и редко у кого получается избавиться от блоков раз и навсегда.

Поэтому, даже если вы провели работу с блоками и достигли очень хороших результатов, хотя бы раз в месяц проверяйте все планы вашего организма.

– Вторым этапом работы с книгой является настройка **«Матрицы здоровья»**

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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