Юфрия
Кое-что из запредельного
о том,
кто, с кем, зачем, откуда и куда
Жизнь и развитие
18+

Юфрия

Кое-что из запредельного о том, кто, с кем, зачем, откуда и куда. Жизнь и развитие

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67216433
SelfPub; 2022

Аннотация

Этот трехтомник – для того, кто духовно развивается и считает, что достиг в этом успехов, но кому этого мало. Кто хочет преодолеть все пределы и преграды, которые возникают на пути к истине. Кто готов открыться новому знанию из запредельного. Здесь, с этой книгой, будет ломка стереотипов и выходы за пределы ограничений. Ты получишь новые ответы на старые вопросы: кто я такой и что я такое, кто со мной и кто против меня, зачем я здесь, откуда я пришел, куда я попал и куда я иду, и что там, за пределами (моих знаний, моей жизни, границ моего мира). И некоторые подсказки о том, что со всем этим делать.

В этом томе книги ты узнаешь кое-что новое о земной жизни, о восстановлении здоровья, о долголетии, о мужском и женском и об огромных возможностях женщины, развивающейся духовно, а также о сути и процессе духовного развития вне религий. И еще – какие фантастические задачи стоят сейчас перед теми, кто

возьмутся их решать, и как остаться в живых после физической смерти.

Содержание

Предисловие ко второму тому 5
10. Смертные тела 15
Смертные тела человека и здоровье 16
Духовые функции разных органов или частей тела человека и мысли, способствующие укреплению здоровья 27
Вероятные причины болезней и новые мысли, способствующие исцелению 38
Нарушения в позвоночнике: причины и новые мысли, способствующие исцелению 121
О гигиене смертных тел 129
О молодости и старости 133
О питании 142
Конец ознакомительного фрагмента. 146

Юфрия
Кое-что из запредельного о том, кто, с кем, зачем, откуда и куда. Жизнь и развитие

Предисловие ко второму тому

Здравствуй, мой выходящий за свои пределы читатель! Я рада встретиться с тобой снова на страницах этой книги. А если ты еще не читал первого тома нашей книги – я все равно рада приветствовать тебя. Думаю, что если ты сначала прочитаешь первый том, то тебе будет легче понять и принять то, что ты прочитаешь здесь.

В этом томе – главное, ради чего, собственно, и была написана книга. Все было задумано для того, чтобы показать тому, кто стремится развивать свои сознание и дух, что его ждет на этом пути, кто его сопровождают, и кто противодействуют. Показать, какие ловушки его поджидают, и подсказать, как их благополучно миновать.

Но тому, кто идет по пути (или только собирается начать

двигаться), сначала стоит разобраться, в каких условиях и в каком окружении будет проходить его путь. Этому, собственно, был посвящен первый том нашей книги.

Прочитав его, ты узнал, мой читатель (или узнаешь, если ты его еще не читал, но прочитаешь), в каком мире ты сейчас живешь, и получил кое-какие новые знания о себе и тех, кто рядом с тобой. Ты узнал о тех, кто заинтересованы в твоем духовном развитии – твоем ведущем духе, хранителе, о своих тонких помощниках, которые либо у тебя есть, либо могут у тебя появиться, если ты этого захочешь и предпримешь нужные для этого действия.

Ты узнал кое-что новое о том, как ты устроен, и это наверняка поможет тебе развиваться, изменяя свои тела так, как это тебе нужно, и расширяя свое сознание.

Ты узнал, откуда и как ты пришел в этот мир, и совсем немного – что может тебя ожидать, когда ты его покинешь. Ты узнал также о 18-ти энергиях, доступных тебе по праву рожденного на нашей планете и о дополнительных энергиях, которые сможешь получить, если будешь духовно развиваться.

И ты узнал о своих основных противниках на путях жизни и духовного развития – матрице и ее эгрегорах, о том, как они начинают влиять на каждого человека задолго до его рождения, и потом, в течение всей его жизни пытаются сделать из него свою марионетку.

Знающий – вооружен! И ты, прочитавший первый том на-

шей книги, теперь способен распознать некоторые матричные вмешательства в твою жизнь и действовать, чтобы устранить их негативные последствия.

Итак, прочитав первый том, ты узнал много нового о том, в каких условиях проходит твой путь. Я уверена, что тебе пришлось выйти за свои пределы, сломать множество стереотипов и шаблонных суждений ума.

Но самого главного ты еще не узнал.

Знаешь ли ты, каковы 14 составляющих духовного развития, и что истинный уровень духовного развития определяется по наименее развитой из них? Как проходит процесс духовного развития, и что предпринимает матрица (и не только она), чтобы тебе препятствовать? Не только тебе, разумеется, а любому, кто стремится развивать свои сознание и дух.

И я абсолютно уверена, что ты ничего не знаешь о тех фантастических задачах, которые стоят перед теми, кто способны двигаться вперед, успешно преодолевая все препятствия на пути. Потому что еще в середине 2021 г. я сама ничего о них не знала.

А сейчас уже кое-что сделано для решения этих задач. И первые результаты этой работы ты получишь в этом томе нашей книги – знания о семи мериях, в которых нам предстоит развиваться. Надеюсь, ты помнишь, что такое мерие. А если ты не читал первый том – то ты не сможешь понять, о чем тут идет речь. Так что очень советую прочитать книгу с самого начала – тому, кто этого еще не сделал!

Но прежде чем двигаться в высокие сферы духовного развития и решения глобальных задач, нужно обеспечить себе базовую основу своей дееспособности. Надо разобраться с физическим, эфирным, астральным и ментальным телами, обеспечивающими тебе жизнь в грубых материях физического мира.

С этого мы с тобой и начнем на страницах нашей книги твое второе путешествие в запредельное – за пределы твоих прежних знаний и стереотипов.

В первом томе нашей книги, который содержит первые 9 разделов, мы уже сообщали тебе о том, что будет во втором томе. Сообщаем тебе еще раз, что тебя ожидает в этом томе книги, в каждом из следующих шести разделов.

10. Смертные тела.

В этом разделе ты узнаешь кое-что новое о самых грубых наших телах, 1-4, и в первую очередь – о физическом теле. Оно – самый важный инструмент нашего духа, и, конечно, надо его содержать в порядке.

Мы рассмотрим взаимодействие между грубыми телами, исходя из того, что более тонкие тела всегда управляют более грубыми. И если есть неполадки в работе физического тела, источники их надо искать в более тонких телах, в конечном счете – в неправильностях картины мира. Ты поймешь (или вспомнишь), что, только исправив свою картину мира, можно исцелиться от заболеваний навсегда.

И ты получишь в помощь перечни духовных функций ор-

ганов физического тела, а также вероятных причин большого количества разных болезней. Там приведены также мысли, способствующие исцелению.

Гигиена самых грубых из тонких тел – эфирного, астрального, ментального, длительность разных фаз жизни, молодость и старость, принципы здорового питания – вот темы, по которым ты узнаешь кое-что новое из текстов этого раздела.

Ты получишь некоторые практические рекомендации и подсказки, как продлить свою активную здоровую жизнь, как минимум, до 150 лет. Надеюсь, ты сумеешь ими воспользоваться.

11. Женское и мужское.

Здесь ты узнаешь, в каком плачевном состоянии находятся две из пяти основ мира нашей планеты – Инь (женское начало) и Ян (мужское начало), особенно – Ян.

Ты узнаешь, как это влияет на всех, у кого есть второе, третье, четвертое тела. И какую роль в этом играет матрица и те, кто ее используют в своих неблаговидных целях. И что нужно делать в этой ситуации тем, кто не хотят деградировать в общем потоке человеческой цивилизации.

Соотношение Инь и Ян на планете нарушено, и дальше в этом разделе мы будем говорить о том, какими могут быть правильные женское и мужское начала людей и их взаимодействие друг с другом.

О мужском ты, возможно, узнаешь совсем немного ново-

го. Но здесь ты получишь уникальные знания о женском – о функциях матки, энергетике оргазма женщины и функциях женской груди. Эти знания могут в корне изменить взгляды на то, какой может быть роль женщины в жизни мужчины и всего человечества.

Ты узнаешь, женщина, что, если ты духовно развита, то ты можешь все! Но, чтобы быть здоровой и гармоничной, и чтобы у тебя был замедлен механизм старения, тебе обязательно нужно отдавать часть своей энергии мужчинам и детям. Так заложено природой (или теми, кто создавали людей).

Любой, кто прочитает в этом небольшом разделе тексты о женщинах, узнает много нового и интересного.

12. Духовное развитие человека.

Здесь ты узнаешь, каковы 14 составляющих духовного развития человека и поймешь, какие колоссальные перспективы духовного развития у тебя есть.

Прочитав тексты этого раздела, ты узнаешь, что духовное развитие человека – это не поступательное движение вверх от ступени к ступени. Ты узнаешь, что есть 3 барьера в духовном развитии, и чтобы дойти до них и их пройти, нужно преодолеть сопротивление матрицы и стража каждого барьера. Ты узнаешь критерии допуска ко 2-му и 3-му барьерам и признаки того, что каждый из них успешно пройден.

Ты узнаешь, что возможно превзойти в своем духовном развитии своего ведущего духа, и о тех, кто это сумели сделать.

И еще ты получишь сведения о частоте Шумана, от которой зависит получение допуска ко второму барьеру, а также о ее влиянии на жизнь и возможности человека.

А в конце раздела приводится таблица частот вибраций для 80-ти эмоций и побуждений человека. Она поможет тебе понять, каков примерно твой частотный уровень, и в каком направлении тебе нужно работать над собой, чтобы его повысить.

13. Что мешает духовному развитию.

В этом разделе ты узнаешь, какие физические или тонкие структуры, устройства, системы, излучения или идеи будут препятствовать твоей осознанности и тормозить твое духовное развитие на разных его этапах.

Ты узнаешь об иллюзионных сетях, создающих у разумных существ разного рода иллюзии. От действия этих сетей нужно защищаться и удалять из своих тел структуры, посредством которые они на тебя влияют.

Ты узнаешь также об установленных матрицей в твоих телах управляющих структурах, которые управляют тобой в том или ином направлении, а также об ограничителях и блокираторах развития способностей, тел, осознанности.

Человеку, который развивается духовно, эти управляющие структуры и блокираторы нужно удалить безвозвратно или хотя бы отключить без возможности повторного включения.

А еще есть технические устройства, которые изобрели

люди, но при этом не поняли, какое негативное действие они оказывают на людей и других живых существ – жидкокристаллические экраны и «продвинутые» интернет-технологии. От них нужно ставить защиты.

Кроме всего перечисленного, на разных этапах твоего развития тебе будут мешать двигаться дальше разные матричные мысли. Они внедряются в сознания людей под видом истинных идей о духовном развитии человека (и не только о нем), а на самом деле предназначены для того, чтобы препятствовать развитию людей или управлять ими.

Некоторые из таких популярных мыслей будут рассмотрены в этом разделе, чтобы тебе стало понятно, как посредством этих мыслей матрица управляет людьми.

14. Задачи на ближайшие годы.

Осенью 2021 г. нам пришла информация об очень важных глобальных процессах, влияющих на все человечество (кроме матричной верхушки) и о задачах, которые в связи с этим стоят перед нами. Прочитав все предыдущие разделы книги, ты, мой продвинутый читатель, этот раздел будешь читать не как фантастику, а как задачи, которые ты сможешь решить.

Ты узнаешь, какие процессы подойдут к своему опасному завершению через 20 лет, и как избежать этой опасности самим и помогать людям избежать ее через 20 лет.

Такие задачи не ставились перед людьми никогда, они фантастически интересные, но такие сложные, что 20-ти лет может не хватить, чтобы их решить. Ведь нам нужно стать

10-мерными существами, а мы сейчас (большинство из нас) – существа всего лишь 5-мерные!

Ты узнаешь, в каких пяти мериях мы сейчас более-менее развиты, и в каких других пяти мериях нам предстоит развиваться. Если ты готов двигаться в этом направлении, ты можешь присоединиться к нам.

15. Бессмертие Я.

В этом разделе речь пойдет не о физическом бессмертии, а о вечной (или неизмеримо более долгой, чем жизнь в физическом мире) жизни сознания человека, его Я в тонких мирах после физической смерти.

Ты узнаешь, что мешает человеку сделать выбор – остаться жить в тонких мирах или исчезнуть навсегда.

А самое главное – ты узнаешь, что есть, как минимум, 9 вариантов посмертного существования. Пять из этих вариантов – с сохранением своего Я и своей свободы, и большинство из них могут быть доступны любому духовно развитому человеку. И ты узнаешь, что если развивать свои разум, тонкие тела и сознание, то какой-либо из этих вариантов станет доступен для тебя.

Ты даже узнаешь, в какой мере должны быть развиты тонкие тела, чтобы человеческое Я осталось в живых после физической смерти. Для того, кто сумеет дочитать эту книгу до конца второго тома и правильно понять прочитанное, это – вполне реальная задача.

В конце этого тома, так же, как и в конце первого, мы раз-

местили «Глоссарий». В нем – определения всех основных понятий, которые используются в этом томе. Напоминаем, что он нужен, чтобы степень истинности того, что ты прочитаешь в этом томе, была для тебя как можно более высокой.

Предупреждаю тебя, что лишь первый раздел этого тома (№10 по общей нумерации разделов книги) будет для тебя относительно легким, а дальше тебе придется опять выходить за пределы своих знаний, стереотипов и заблуждений. Но я уверена, что ты сумеешь сломать шаблоны своего мышления и внести в свою картину мира то запредельное, что ты здесь узнаешь.

Если после прочтения этого тома у тебя останутся вопросы, или ты захочешь поделиться своими мыслями о прочитанном – пиши мне. Если твои вопросы или мысли будут разумными, я обязательно на них отвечу.

Мои контакты: почта unkri2563@mail.ru, Телеграм Yufriya.

* * *

Ну что, интересно тебе, дорогой мой читатель, то, о чем ты сможешь прочитать в этом томе?

Тогда вперед, мой друг, я жду тебя на страницах следующего раздела!

10. Смертные тела

Еще раз здравствуй, мой читатель! Предлагаю тебе на некоторое время спуститься с небес на землю и немного подумать вместе со мной о наших грубоматериальных телах, в которых мы живем в физическом мире. Об этом очень много чего написано в разных книгах и в интернете. Основной вопрос, на который мы будем искать ответы – как обеспечить долгую активную здоровую жизнь с такой длительностью, какую захочешь, а не какую тебе навязывают.

Многое ты, конечно, об этом знаешь. Кое-что в этом разделе будет мало отличаться от того, что можно найти в интернете. Но чтобы создать более-менее целостную картину, мне придется повторить кое-что из того, что уже известно. Прошу у тебя прощения за это. Этот раздел – единственный, в котором есть такая информация. Принципиально новой информации будет немного, так что этот раздел, возможно, будет небольшой зоной отдыха для твоего ума.

А может быть, и нет. Если у тебя много стереотипов о жизни, здоровье, долгожительстве, возможно и в этом разделе будет что-либо, что тебе будет не очень легко принять. Посмотрим!

Пока не прочитаешь – не узнаешь. Так что – вперед!

Смертные тела человека и здоровье

Смертные тела – это те тела, которые разрушаются после завершения воплощения человека в грубоматериальном мире. Это первые 3 тела – физическое, эфирное, астральное – и та часть четвертого тела, ментального, которая отображает и «обслуживает» первые 3 тела.

Смертные тела обеспечивают возможность взаимодействия с физическим миром и решения связанных с этим задач воплощения духа. Поэтому эти тела нужно содержать в чистоте и порядке, заботиться об удовлетворении их потребностей и об их здоровье.

Но, надеюсь, ты понимаешь, что здоровье и потребности грубых тел, в том числе и личности, не могут быть основными целями духовно развитого человека. Грубые смертные тела – это лишь инструменты для решения задач духа в физическом мире, и к ним надо так и относиться, не ставить их на первое место в иерархии своих ценностей и целей.

А что происходит на самом деле? Что стоит на первом месте у огромного большинства современных людей? А у тебя?

Человек может очень много и правильно говорить о высокой духовности, но каждый год с мая по сентябрь прерывать свои занятия духовными практиками под предлогом, что нужно делать огородные дела на даче, продуктовые заготовки на следующую зиму, строить дом или отдыхать от

всего где-нибудь на море.

И что на первом месте у такого человека? Духовная эволюция или все же пропитание физического тела, обеспечение его комфорта и отдыха?

Ты когда-нибудь задумывался, мой читатель, сколько времени жизни ты уделяешь своему физическому телу, и сколько – развитию своего духа, осознанности в текущем моменте, осознанию своих истинных желаний и убеждений, достижению важных целей? И какая часть твоей жизни проходит вообще неосознанно, на автомате или во сне? Возможно, стоит подумать об этом. И может быть, тогда тебе захочется что-нибудь изменить в своей жизни.

Но вернемся к нашим «инструментам». Их, конечно, надо содержать в работоспособном состоянии. Но как, в каком порядке нужно действовать, чтобы с минимальными потерями времени это обеспечить?

Самый доступный для осознания и важный для действий в физическом мире наш инструмент – наше физическое тело. И если возникает недомогание в этом теле, мы можем это сразу отследить и, как правило, начинаем что-то делать с этим телом. Но правильный ли это подход? Возможно, да – если недомогание мелкое и единичное. Или если требуется скорая помощь, без которой есть опасность для жизни человека.

А если нарушения физического здоровья или травмы периодически повторяются, стали хроническими? Будем дер-

жать дома аптечки и каждый раз заглушать симптомы лекарствами? Или стоит разобраться с причинами этих недомоганий?

Известно, что нельзя решить проблему безвозвратно на том уровне иерархии, на котором она проявилась. Причины, а значит – и решения любых проблем всегда надо искать на более высоких уровнях, чем те, на которых они проявляются. Только в этом случае есть возможность решить проблему навсегда, безвозвратно.

Не будем развивать эту мысль рассмотрением всех видов проблем, просто проиллюстрируем ее на примере какого-нибудь нарушения физического здоровья.

Например, у человека произошел сердечный приступ. Это – проявление болезни сердца на уровне физического тела. Стандартный подход – лекарства и постельный режим для снятия приступа.

А что дальше? А дальше стоит задуматься и понять, что спровоцировало этот приступ. Сердечные приступы возникают чаще всего во время или после каких-либо стрессовых событий с негативными эмоциями. Значит, причина приступа – эмоции этого человека?

Это уже – выход на более высокий уровень иерархии управления, ведь эмоции управляют физическим телом. Но это не самый высокий, доступный осознанию и изменению, иерархический уровень взаимодействий тел человека.

Почему этот человек так эмоционально реагирует на по-

добные события? Потому что в его картине мира события должны быть другими. Но мир – такой, какой он есть. И его обитатели, и события в нем – такие, какие есть, а не такие, какими должны быть, по мнению этого человека.

Выводы: наиболее вероятная причина приступа – неправильность картины мира человека, ее несоответствие действительности, непринятие человеком мира таким, каков он есть. И чтобы исцелиться безвозвратно, навсегда, чтобы при повторении подобного события никакого сердечного приступа у человека не возникло, ему надо изменить свою картину мира и принять мир таким, каков он есть, со всеми его обитателями и событиями.

Видим, что в этом примере проявление проблемы – на уровне физического тела, а ее причина и решение – на более высоком (и тонком) уровне, на уровне картины мира человека, т.е. – на ментальном.

Напомню, что в многослойном тонком мире управление идет от более тонких миров и тел к более грубым.

В четверке грубых тел (физическое, эфирное, астральное, ментальное) ментальное тело – самое тонкое. Оно управляет астральным телом. Астральное тело управляет эфирным, а эфирное – физическим. Эфирные энергии (сигналы в нейронной сети) вызывают напряжения в мышцах и двигают физическое тело, эмоции вызывают всплески эфирных энергий, мысли и убеждения провоцируют возникновение эмоций.

Есть, конечно, и обратная связь, но она – гораздо более

слабая.

Отсюда вывод: исходные внутренние причины любых нарушений в работе физического тела – неправильности картины мира человека, ее несоответствие действительности.

Картина мира человека записана в его биокомпьютере – мозге в виде большого количества разных программ, которые постоянно работают и воспроизводят для человека те фрагменты, которые актуальны в данный момент времени.

Неправильные элементы картины мира, не соответствующие действительности – это неправильные вредные программы, которые созданы и сохраняются умом человека, и их можно выразить в виде устойчивых мыслей на том языке, на котором этот человек думает. Это – его ложные убеждения (уровень ментального тела).

Следствия этих ложных убеждений – страхи и вредные желания или нежелания (хотелки-нехотелки, уровень астрального тела), вредные сгустки негативных эфирных энергий или неправильная циркуляция этих энергий в организме (уровень эфирного тела). И эти неправильности в энергетике организма вызывают нарушения в его работе на физическом плане.

Чтобы исцелить свое физическое тело безвозвратно, нужно исцелить свое ментальное тело от неправильностей картины мира, т.е. освободиться от ложных убеждений. Астральное и эфирное тела при этом могут исцелиться сами, если исчезнет причина возникновения нарушений в них – нару-

шения в ментальном теле.

Но если одновременно с освобождением от ложных убеждений осознать и освободить себя от страхов и ненужных, вредных желаний, то исцеление ускорится.

Это – самый быстрый и надежный путь безвозвратного исцеления физического тела.

Можно, конечно, достичь того же результата, если начать изменять другие элементы цепочки тел физическое – эфирное – астральное – ментальное.

Например, можно начать делать какую-нибудь энергетическую гимнастику (цигун, тенсегрити) или заняться мягкими оздоровительными стилями восточных единоборств (ушу, айкидо или др.). Это – работа главным образом с эфирным телом.

Безвозвратное исцеление тоже будет достигнуто, но потребует упорных занятий в течение длительного периода времени. Потому что нужно изменить ментальное тело, а изменение от более грубых тел (в данном случае – эфирного) к более тонким идет гораздо медленнее, чем в обратном направлении.

Пока в ментальном теле есть неправильность картины мира, исцеление, вызванное энергетической гимнастикой, будет временным и зависеть от регулярности занятий. Если энергетические занятия прекратить или сделать более редкими, болезнь вернется снова.

Начинать исцеление с эмоций (астрального тела) еще

труднее, потому что эмоции крайне трудно поддаются сознательному изменению. Да, можно исцелиться от всех болезней, если научиться при любых обстоятельствах быть в состоянии позитивных эмоций – радости, любви и благодарности. Но сколько времени потребуется, чтобы этому научиться?

Легко ли быть в состоянии благости, если у тебя что-нибудь болит, или что-либо происходит вразрез с твоими планами и ожиданиями? Ты быстрее осознаешь свои ложные убеждения и освободишься от них, чем научишься всегда быть на позитиве!

Вывод: если ты хочешь навсегда исцелиться от какого-либо нарушения здоровья, осознай свои ложные убеждения, которые к нему привели, и освободись от них.

И здесь недостаточно ни одного осознания, ни мысленного (воображаемого) освобождения от некоей ментальной «грязи» без осознания, в виде неких обобщенных образов во время медитаций.

Даже если ты понял, что боль в твоем сердце у тебя возникает из-за глупой детской мысли, застрявшей в твоем подсознании (в мозге), от твоего понимания ее глупости она лишь станет немного слабее, но не сотрется из памяти. Нужно проделать некоторые действия, чтобы обнулить или удалить эту мысль навсегда. И простых медитаций здесь будет недостаточно.

Ну а удалить без осознания обычными медитативными

очистительными практиками можно лишь самые простые и слабые убеждения, а таких у большинства людей лишь 9-10% от всех ложных убеждений.

Надеюсь, ты знаешь, что такое медитации, занимался ими и понимаешь, о чем я говорю.

Хочу еще уточнить, что все вышесказанное – это лишь принципиальный подход к безвозвратному освобождению от болезней. Он не отвергает использование обычной медицины и медикаментов, если без них невозможно быстро снять острые негативные и болезненные состояния организма.

Если твой организм привык к лекарствам, конечно, дай ему их в ситуации острой боли, упадка сил или т.п. А когда немного восстановишься – начни думать и искать в себе то, что мешает твоему организму восстановиться навсегда и больше не попадать в такие болезненные ситуации.

Надеюсь также, что тебе, мой читатель, понятно, что речь здесь идет о восстановлении физического здоровья, если есть его сильные устойчивые нарушения. И что если человек здоров, или его заболевания – слабые, то, конечно, я приветствую действия на физическом плане, направленные на сохранение и упрочнение здоровья. Это может быть закаливание, физкультура, бег трусцой, прогулки и т.п. – кому что нравится.

Просто обо всем этом уже столько написано, что я не вижу смысла здесь писать еще и об этом общеизвестном.

А здесь я хочу сказать еще, в общем-то, тоже об извест-

ном, но не очень хорошо описанном в литературе или в интернете.

Я продолжу тему восстановления здоровья. Думаю, что, каким бы ты ни был продвинутым в духовном плане, скорее всего, нарушения здоровья у тебя есть, и с ними надо разобраться так, чтобы как можно скорее безвозвратно освободиться от хотя бы самых зловредных из них. Иначе ты будешь уязвимым на дальнейшем своем духовном пути.

Многие авторы написали многое о том, как связаны заболевания конкретных органов и систем физического тела человека с его эмоциями и мыслями (самые известные авторы – В. Синельников, В. Жикаренцев, Л. Хей, А. Свияш). В книгах Владимира Жикаренцева и Луизы Хей приведены наиболее подробные таблицы, в которых отображены эти взаимосвязи. Но в таблицах этих авторов, к сожалению, есть серьезные ошибки (возможно, ошибки в книгах Л. Хей – из-за неточностей перевода на русский язык).

Приведенные ниже тексты дадут тебе подсказки о том, какие эмоции и мысли могли привести к какому-либо твоему нарушению здоровья, и какие мысли помогут исцелению от него. В их основе лежат таблицы, приведенные в книгах Владимира Жикаренцева[1] и Луизы Хей[2]. В этих текстах исправлены ошибки, которые есть в таблицах этих авторов. Тем не

---

[1] 1. Жикаренцев В. В. Путь к свободе. Кармические причины возникновения проблем, или как изменить свою жизнь. – М. : АСТ, 2011. – 413 с.

[2] 2. Хей Л. Исцеляющая сила мысли. – М. : Олма Медиа Групп, 2012. – 191 с.

менее истинность этих текстов меньше 95%, т.е. ниже, чем у других текстов этой книги.

Степень истинности текстов, посвященных органам и частям физического тела человека, указана в начале каждого текста.

Подчеркну: то, что в этих текстах – лишь подсказки, которые, возможно, помогут тебе осознать точные формулировки именно твоих убеждений, которые привели к нарушению твоего здоровья.

Думаю, ты знаешь, что у каждого органа или системы физического тела есть некая духовная функция. Если тебе она известна, то тебе легче сформулировать как ложное убеждение, приводящее к болезни, так и аффирмацию – мысль, которая способствует исцелению.

В следующем тексте приведены духовные функции и примеры аффирмаций, способствующих укреплению здоровья разных органов или частей физического тела человека.

Дальше в двух текстах для большого количества заболеваний приведены их возможные причины и варианты аффирмаций, способствующих исцелению.

Еще раз напомним, что это – лишь ориентиры для последующей работы над собой, подсказки, которые могут помочь найти уникальные причины твоих заболеваний и сформулировать **свои** аффирмации. Как правило, причинами нарушений здоровья бывает несколько взаимосвязанных друг с другом ложных убеждений разных видов, пар ненужных хоте-

лок-нехотелок (желаний-нежеланий) и страхов (с обоснованиями).

Основная цель нашей книги – передача знаний, поэтому алгоритма практической работы с этими данными здесь нет. Думаю, ты, мой читатель, сам с этим сможешь разобраться. Если это получается не очень хорошо – пиши мне, мои контакты приведены в «Предисловии».

Еще раз напоминаю женщинам, что все словесные формулы в текстах – в мужском роде. Некоторые слова в аффирмациях, если эти аффирмации для тебя актуальны, тебе придется перевести в женский род.

Духовые функции разных органов или частей тела человека и мысли, способствующие укреплению здоровья

Степень истинности этого текста – 87%. Еще раз напомню, что в нем – лишь подсказки и ориентиры, чтобы самому сформулировать мысли, которые помогут лично тебе улучшить состояние какого-либо органа или части твоего физического тела.

В одном абзаце с названием органа или части тела записана его духовная функция, в следующем – аффирмация (А), т.е. мысль, способствующая укреплению здоровья этого органа или этой части тела.

1. Гипофиз. Олицетворяет центр контроля.

А. Мои сознание и тело в совершенном равновесии. Я контролирую свои мысли.

2. Глаза. Олицетворяют способность ясно видеть прошлое, настоящее и будущее.

А. Я смотрю на жизнь с любовью и радостью.

3. Гланды. Символизируют защиту от проникновения

вовнутрь человека вредных идей, ценностей, мыслей, а также защиту от проникновения в мир вредных для него идей, ценностей и мыслей этого человека.

А. Я надежно защищен от вредных идей, ценностей, мыслей. Я высказываю в мир только то, что для него полезно.

4. Горло. Средство выражения мыслей и чувств. Канал творчества.

А. Я раскрываю свое сердце и пою о радости и любви в моей жизни.

5. Грудь (молочные железы). Олицетворяют уход, заботу и воспитание, вскармливание.

А. Я принимаю и отдаю другим, соблюдая совершенное равновесие.

6. Дыхание. Олицетворяет обеспечение процесса жизни всем, что требуется.

А. В жизни имеется все, что нужно каждому. Я обеспечиваю все процессы своей жизни всем нужным.

7. Железы. Олицетворяют динамическое балансирование, а также ускорение для достижения цели и его обеспечение.

А. Во мне есть все нужные балансы. У меня есть все, чтобы проложить путь к цели с нужной быстротой.

8. Желудок. Управляет питанием. Переваривает, усваивает идеи.

А. Я легко перевариваю то, что происходит со мной в жизни.

9. Жировые отложения. Олицетворяет защиту, а также сверхчувствительность. Часто олицетворяет страх, скрытый гнев и сопротивление прощению. Показывает необходимость в защите.

А. Меня защищает Божественная любовь (или Вселенная). Я всегда в безопасности и надежно защищен.

10. Зубы. Олицетворяют решения и решительность.

А. Я быстро принимаю правильные решения.

11. Кишечник. Символизирует избавление от ненужного. Ассимиляция. Всасывание. Лёгкое очищение.

А. Я легко усваиваю и впитываю всё, что мне нужно знать, и с радостью расстаюсь с прошлым. Я с легкостью освобождаюсь от всего лишнего. Жизнь течет через меня легко и свободно.

12. Кожа. Защищает нашу индивидуальность. Орган восприятия.

А. Для меня безопасно быть собой. С любовью и радостью

я ощущаю мир и все, что есть в нем.

13. Кости. Олицетворяют строение тела в гармонии с Вселенной.

А. Моё тело гармонично устроено, сбалансировано и уравновешено.

14. Кость лобковая. Олицетворяет защиту половых органов.

А. Моя сексуальность в безопасности.

15. Кровь. Олицетворяет радость жизни, свободно текущую в теле.

А. Во мне свободно течет радость жизни. Я с любовью выражаю радость жизни и с благодарностью её получаю.

16. Легкие. Способность принимать в себя жизнь.

А. Я принимаю жизнь в ее совершенном равновесии.

17. Лицо. Олицетворяет то, что мы показываем миру.

А. Быть собой безопасно. Я свободно и открыто выражаю свое я.

18. Матка. Олицетворяет место творчества.

А. С любовью я творю жизнь и гармонию мира. Я гармонична в своем творчестве.

19. Мозг. Олицетворяет ум, пульт управления.

А. Я – любящий оператор своего ума.

20. Мышцы. Символизируют способность к движению по жизни.

А. Я легко и свободно перемещаюсь по жизни. Жизнь несет мне только благо.

21. Нервы. Олицетворяют общение, связь.

А. Я общаюсь с легкостью и радостью.

22. Ноги:

22.1. **Ноги в целом**. Олицетворяют движения по жизни.

А. Жизнь – для меня. Я легко двигаюсь по жизни.

22.2. Ноги: пальцы. Олицетворяют мелкие детали будущего.

А. Я принимаю свой жизненный путь со всеми его деталями. Впереди – гармония и радость.

22.3. Ноги: ступни (до лодыжек). Олицетворяют выбор направления движения.

А. Я радостно и легко двигаюсь в нужном направлении.

22.4. Ноги: лодыжки. Олицетворяют подвижность и на-

правление, куда идти, а также способность получать наслаждение.

А. Я легко иду вперед по жизни. Я наслаждаюсь жизнью.

22.5. Ноги: колени. Олицетворяет гордость, ощущение исключительности собственного «я».

А. Я уникален и радуюсь этому. Я с достоинством принимаю других людей и жизнь.

23. Ногти. Олицетворяют защиту при взаимодействиях с миром.

А. Мои взаимодействия с миром безопасны для меня.

24. Нос. Олицетворяет интуицию, а также признание, одобрение себя.

А. Я осознаю и признаю свои способности и интуицию. Я себя одобряю.

25. Пальцы рук. Олицетворяют разные детали жизни.

А. Я принимаю жизнь со всеми ее деталями такой, какая она есть. Внутри меня царит мир.

25.1. Пальцы рук: большой палец. Олицетворяет интеллект и беспокойство, волнение, тревогу, озабоченность.

А. В моей душе царит мир. Мой разум спокоен и уравновешен.

25.2. Пальцы рук: указательный палец. Олицетворяет эго и страх.

А. Я в безопасности.

25.3. Пальцы рук: средний палец. Олицетворяет гнев и сексуальность.

А. Внутри меня мир. Я принимаю свою сексуальность.

25.4. Пальцы рук: безымянный палец. Символ дружественных и любовных союзов и связанной с ними печали.

А. Любовь и дружба приносят мне радость.

25.5. Пальцы рук: мизинец. Олицетворяет семью и связанное с нею притворство.

А. Я искренен в отношениях с окружающим миром.

26. Печень. Сжигание и переработка ненужного, сотворение нужного для жизни.

А. Моя жизнь освобождается от ненужного. Я легко заботусь о сотворении нужного для жизни.

27. Плечи. Символизируют способность с радостью переносить перипетии жизни.

А. Я с радостью принимаю все, что происходит в моей жизни.

28. Поджелудочная железа. Олицетворяет сладость, свежесть жизни.

А. Моя жизнь сладка.

29. Позвоночник. Гибкая опора жизни.

А. Жизнь меня поддерживает.

30. Половые органы женские наружные. Олицетворяют уязвимость, ранимость.

А. Я люблю и доверяю этому миру. Я притягиваю к себе только благо.

31. Простата. Олицетворяет мужской принцип.

А. Я принимаю себя и радуюсь своей мужской природе.

32. Рот. Олицетворяет принятие новых идей и питания.

А. Я с радостью принимаю новые идеи. Я питаю себя с любовью.

33. Руки (см. также Пальцы):

33.1. Руки: от кистей до плеч. Олицетворяют способность и возможность выдерживать переживания и опыт жизни.

А. Я легко, с любовью и радостью выдерживаю и прини-

маю в себя переживаемый мной опыт жизни.

33.2. Руки: кисть. Олицетворяет все способы действия в мире, получения жизненного опыта: брать и отдавать, держать и управлять, схватить и крепко удерживать, схватить и отпустить, ласкание, щипание. Всевозможные виды обращения с прошлым.

А. Я с любовью, радостью и легкостью действую в мире и получаю жизненный опыт. Я решаю обращаться с моим прошлым с лёгкостью, радостью и любовью.

33.3. Руки: запястье. Олицетворяет движение и легкость в действии.

А. Я действую мудро, с лёгкостью и любовью.

33.4. Руки: локоть. Олицетворяет изменение направлений и восприятие нового опыта.

А. Я с лёгкостью принимаю новый опыт, новые направления и перемены.

34. Сердце. Олицетворяет центр любви и безопасности, защиты.

А. Мое сердце бьется в ритме любви.

35. Скелет (см. также **Кости, Позвоночник).** Олицетворяет структуру и строение жизни.

А. У меня крепкое тело и отменное здоровье. Моя жизнь устроена правильно.

36. Спина. Символ опоры жизни.

А. Я знаю, что жизнь всегда поддерживает меня.

37. Суставы (см. также: Ноги: колени, Руки: локоть, Плечи). Олицетворяют перемены направлений в жизни и легкость перемещений.

А. Я легко следую за переменами жизни. Я всегда выбираю самое лучшее направление.

38.1. Тело: левая сторона (для правшей). Олицетворяет чувствительность, приятие, женскую энергию, женщин, мать.

А. Я принимаю свое женское начало как естественную часть себя. Во мне все сбалансировано и уравновешено.

38.2. Тело: правая сторона (для правшей). Олицетворяет разумность, отдачу, мужскую энергию, мужчин, отца.

А. Я принимаю свое мужское начало как естественную часть себя. Во мне все сбалансировано и уравновешено.

39. Уши. Олицетворяют способность слышать, осознавать, осмысливать.

А. Я слышу, испытывая любовь. Я осознаю и осмысливаю

все, что происходит в мире и во мне.

40. Шея. Олицетворяет гибкость, способность видеть, что происходит сзади, осознавать прошлое.

А. Я осознаю и принимаю опыт прошлого и легко меняюсь вместе с жизнью.

41. Ягодицы. Олицетворяют силу, мощь.

А. Во мне живет сила. Я использую свою силу мудро.

42. Язык. Олицетворяет способность ощущать вкус жизни, испытывать наслаждение от жизни.

А. Я ощущаю вкусы жизни во всей полноте. В моей жизни достаточно наслаждений и радости.

43. Яички. Мужской принцип. Мужественность.

А. Быть мужчиной безопасно. С любовью и радостью я принимаю женщин.

44. Яичники. Олицетворяют место, где созидается жизнь. Творчество.

А. Я уравновешена в своем творческом потоке. С любовью и радостью я принимаю мужчин. Быть женщиной – прекрасно.

Вероятные причины болезней и новые мысли, способствующие исцелению

Степень истинности этого текста – 84%. Снова напоминаю, что в нем – лишь подсказки и ориентиры, чтобы самому сформулировать мысли, которые помогут лично тебе исцелиться от того или иного нарушения здоровья.

В одном абзаце с названием болезни, органа или части тела записаны вероятные причины болезни, в следующем – аффирмации (А), способствующие исцелению.

1. Абсцесс, гнойник, нарыв. Человека волнуют мысли о зле, которое ему причинили, о пренебрежении им и о мести.

А. Я отпускаю свои мысли, даю им уйти. Прошлое ушло. Я чувствую в душе мир.

2. Автомобильная болезнь. Страх. Рабство, зависимость. Чувство, что попался в ловушку.

А. Я легко перемещаюсь во времени и пространстве. Меня окружает только любовь.

3. Аденоиды. Семейные трения, споры. Присутствие детского чувства нежеланности.

А. Внутри меня нужный, желанный и обожаемый ребенок.

4. Аддисона болезнь (см. также: **Адреналиновые болезни, Надпочечники**). Сильная нехватка положительных эмоций. Гнев на себя.

А. Я с любовью забочусь о своем теле, уме и своих эмоциях. Я принимаю себя таким, какой я есть.

5. Адреналиновые болезни – болезни надпочечников. Пораженчество. Претит заботиться о себе. Беспокойство, тревога.

А. Я люблю себя и одобряю свои поступки и мысли. Забота о самом себе приносит пользу мне и миру. Я в безопасности.

6. Алкоголизм. Какая польза от всего этого? Чувство бесполезности, пустоты, вины, несоответствия окружающему миру. Отрицание себя.

А. Я живу здесь и сейчас. Я выбираю для себя способность понять свою ценность для окружающего мира. Я люблю себя и одобряю свои действия и мысли.

7. Аллергия. Кого ты не переносишь? Отрицание собственной силы.

А. Мир – безопасное место, он дружественно настроен ко

мне. Я в безопасности. Я принимаю жизнь и людей такими, какие они есть.

8. Аменорея (см. **Женские болезни, Менструальные проблемы**). Нежелание быть женщиной. Нелюбовь к себе.

А. Я люблю и принимаю себя как женщину. Быть женщиной – прекрасно, это великая миссия.

9. Амнезия (утрата памяти). Страх. Бегство от жизни. Неспособность постоять за себя.

А. Во мне всегда присутствуют разум, смелость и высокая оценка себя. Жить безопасно.

10. Ангина, гнойный тонзиллит. Сильное убеждение, что ты не можешь поднять голос в защиту своих взглядов и попросить удовлетворить свои потребности. Неспособность выразить себя, много невысказанных мыслей.

А. Я имею право защищать свои взгляды и заявлять о своих потребностях. Я прошу того, что хочу, легко и свободно. Я отбрасываю все ограничения и обретаю свободу быть собой.

11. Анемия – недостаток гемоглобина в крови. Позиция по отношению к окружающему миру: «Да, но». Отсутствие радости в жизни. Страх перед жизнью. Вера в собственную ущербность.

А. Жить и испытывать радость от жизни и от того, чем я занимаюсь – безопасно. Я люблю жизнь. Я нужен миру таким, какой я есть.

12. Анорексия – потеря аппетита. Отрицание самой жизни. Присутствие крайнего страха, ненависть к себе и отрицание себя.

А. Быть собой – безопасно. У меня все прекрасно. Я выбираю жизнь. Я выбираю радость и принимаю себя таким, какой я есть.

13. Анус (задний проход), проблемы. Неумение избавляться от накопившихся проблем, обид и эмоций.

А. Мне легко и приятно освобождаться от всего ненужного.

13.1. Анус: абсцесс. Гнев по отношению к тому, от чего ты не хочешь освободиться.

А. Освободиться от того, что мне мешает – безопасно для меня. Я с радостью расстаюсь с прошлым. Я наслаждаюсь свободой.

13.2. Анус: боль. Чувство вины. Жажда наказания. Мысли о том, что ты недостаточно хорош.

А. Прошлое ушло. Сейчас я выбираю любовь и одобряю себя и все свои поступки и мысли.

13.3. Анус: зуд. Чувство вины перед прошлым. Угрызения совести, раскаяние.

А. Я с любовью и радостью прощаю себя. Я свободен.

13.4. Анус: кровотечение, см. **Кровотечение аноректальное**.

13.5. Анус: фистула, свищь, ненормальный, неправильный проход каловых масс. Неполное освобождение от ненужного хлама, отбросов. Продолжаешь упорно цепляться за мусор прошлого.

А. Я с любовью полностью освобождаюсь от своего прошлого. Я свободен. Я есть любовь.

14. Апатия. Сопротивление чувствам. Подавление своего я. Страх.

А. Жить и чувствовать – безопасно. Я открываю себя жизни. Я хочу жить.

15. Аппендицит. Страх перед жизнью. Блокирование всего хорошего.

А. Я в безопасности. Я расслабляюсь и с радостью позволяю жизни течь вокруг меня и сквозь меня.

16. Аппетит, проблемы:

16.1. Аппетит: чрезмерный. Страх, потребность в защите. Осуждение своих эмоций.

А. Я в безопасности. Чувствовать и переживать эмоции – безопасно. Я принимают свои эмоции такими, какие они есть.

16.2. Аппетит: потеря аппетита. Страх. Защита себя. Недоверие к жизни.

А. Я люблю и одобряю себя. Моя жизнь радостна и безопасна.

17. Артерии, нарушения. Неумение радоваться жизни.

А. С благодарностью я открываюсь радости жизни. Радость заполняет меня и свободно протекает сквозь меня.

18. Артериосклероз – утолщение стенок сосудов, препятствующее хорошему кровообращению. Сопротивление миру, напряжение, ограниченность восприятия реальности. Отказ увидеть добро в окружающем мире.

А. Я расслабляюсь и открываюсь жизни и радости. Я с любовью воспринимаю окружающий мир и все доброе и прекрасное, что в нем есть.

19. Артрит – воспаление суставов, подагра (см. также: **Суставы**). Чувство, что не любим. Критицизм, чув-

ство обиды, негодования. Гнев.

А. Я есть сама любовь. Сейчас я выбираю любовь к себе и одобрение своих поступков и мыслей. Я с любовью принимаю людей.

19.1. Пальцы, пораженные артритом. Желание наказывать себя. Обвинение, порицание себя. Чувство, что тебя обманули, что ты сделался жертвой обмана.

А. Я воспринимаю все вокруг себя с любовью и пониманием. Я прощаю себя и принимаю таким, какой я есть.

20. Астма. Удушающая, подавляющая любовь. Неспособность дышать для собственного блага. Чувство подавленности. Сдерживание рыданий.

А. Для меня безопасно взять на себя ответственность за собственную жизнь. Я выбираю свободу.

21. Бели (см. также: **Женские болезни, Вагинит**). Убеждённость, что женщины бессильны влиять на противоположный пол. Злость на партнёра.

А. Я сама создаю ситуации, в которых оказываюсь. Власть надо мной имею только я сама. Моя женственность меня радует. Я – свободна.

22. Белые угри. Стремление скрыть некрасивую внешность.

А. Я красива и достойна быть любимой.

23. Бесплодие. Страх и сопротивление по отношению к процессу жизни или отсутствие потребности пройти через опыт родительства.

А. Я доверяю процессу жизни. Я всегда нахожусь в правильном месте, делаю правильные дела и в нужное время. Я люблю, принимаю и одобряю себя.

24. Беспокойство, тревожность. Недоверие к жизни. Страх неизвестного и ожидание будущего, которое причинит боль. Разлад в мыслях. Неверие в свои силы.

А. Я люблю себя и верю в себя. Я доверяю процессу моей жизни. Жизнь дает мне только то, что для меня полезно. Я в безопасности. В моей душе и моих мыслях мир и покой.

25. Бессонница. Страх. Недоверие к процессу жизни. Вина.

А. Я с любовью освобождаюсь от переживаний прошедшего дня и погружаюсь в спокойный и глубокий сон, зная, что завтра все будет так, как должно быть.

26. Бешенство, водобоязнь. Гнев. Вера в то, что насилие – единственное решение.

А. Меня окружают мир и покой. Я испытываю мир и покой в душе.

27. Болезнь Гентингтона. Огорчение, вызванное неспособностью изменить других людей.

А. Весь контроль я отдаю Вселенной. В моей душе покой и согласие с жизнью.

28. Болезнь Кушинга. (см. также: **Надпочечники**). Переизбыток разрушительных идей. Ощущение, что тебя пересилили.

А. Я с любовью принимаю мои тело и дух. Теперь в моей голове только мысли, улучшающие самочувствие.

29. Болезнь Педжета (деформирующий остоз). Кажется, что больше нет той основы, на которой можно строить свою жизнь. «Всем наплевать».

А. Я знаю, что жизнь даёт мне замечательную поддержку. Жизнь меня любит и заботится обо мне.

30. Болезнь Ходжкина (заболевание лимфатической системы). Чувство вины и огромный страх, что ты не на высоте. Лихорадочные попытки доказать собственную ценность до тех пор, пока в крови не иссякнет запас необходимых ей веществ. В гонке за самоутверждением забываешь о радостях жизни.

А. Для меня счастье – быть собой. Будучи тем, что я есть, я вполне соответствую всем требованиям. Я люблю и одоб-

ряю себя. Я принимаю и дарю радость.

31. Боли продолжительные, тупые. Жажда любви. Жажда, чтобы тобой владели.

А. Я люблю себя и одобряю все свои поступки. Я люблю и могу вызывать чувство любви к себе в других.

32. Боль. Чувство вины. Вина всегда ищет наказания.

А. Я с любовью прощая себя и отпускаю свое прошлое. В моем сердце мир и покой.

33. Болячки, раны, язвы. Не высвобожденный наружу гнев.

А. Я отпускаю гнев и даю ему уйти. Я люблю и радуюсь жизни.

34. Бородавки. Небольшие выражения ненависти. Вера в собственное безобразие.

А. Я в полной мере олицетворяю собой любовь и красоту жизни.

34.1. Бородавки на подошве. Гнев по поводу самих основ твоего понимания. Углубление чувства беспомощности и разочарования относительно будущего.

А. Я легко и уверенно иду по жизни вперед. Я доверяю жизни и смело шагаю за ней.

35. Брайтова болезнь (гломерулонефрит, см. также: **Нефрит**). Ощущение себя никчемным ребёнком, всё делающим неправильно. Неудачник. Разиня.

А. Я люблю и одобряю себя. Я забочусь о себе. Я открываю свою жизнь для удачи и успеха.

36. Бронхит. Нервозная атмосфера в семье. Споры и ругань.

А. Во мне и вокруг меня мир и гармония. Всё идёт правильно.

37. Булимия (обострённое чувство голода). Страх и безнадёжность.

А. Меня любит, питает и поддерживает сама жизнь. Жить для меня – безопасно.

38. Бурсит – воспаление мешочка между сухожилием и костью. Подавленный гнев. Желание избить кого–то.

А. Любовь во мне расслабляет и освобождает от всего, что чуждо ее природе.

39. Бурсит большого пальца стопы. Отсутствие радости при движении по жизни.

А. Я радостно бегу вперёд, чтобы приветствовать удивительные события моей жизни.

40. Вагинит – воспаление влагалища. Гнев на супруга, партнера. Сексуальная вина. Наказание себя.

А. Люди вокруг отражают любовь и одобрение, которые я испытываю по отношению к себе. Я получаю удовольствие от своей сексуальности.

41. Варикозное расширение вен. Пребывание в ненавистной тебе ситуации. Неодобрение. Чувство перегруженности и задавленности работой.

А. Я с радостью живу и иду вперёд. Я люблю жизнь и принимаю все ее события.

42. Венерические болезни. Сексуальная вина. Потребность в наказании. Вера в то, что половые органы грязные или место греха. Оскорбление, плохое обращение с другими людьми.

А. Я с любовью и радостью принимаю свою сексуальность и ее проявления. Я принимаю только мысли, которые поддерживают меня и улучшают моё самочувствие.

43. Вес избыточный (см. также **Жир**). Страх. Потребность в защите. Бегство от чувств. Отсутствие чувства безопасности, отрицание себя. Поиск самореализации.

А. Я в мире со своими чувствами. Я в безопасности там, где нахожусь. Своими мыслями я создаю свою безопасность.

Я люблю и одобряю себя.

44. Ветряная оспа. Томительное ожидание события. Страх и напряжение. Повышенная чувствительность.

А. Я доверяюсь естественному процессу жизни. Я расслаблен и миролюбив. Всё в моём мире идёт правильно.

45. Вирусная инфекция. (см. также: **Инфекция**). Отсутствие в жизни радости. Горечь.

А. Я с удовольствием позволяю потоку радости проходить через мою жизнь.

46. Вирус Эпштейна–Барра. Стремление выйти за пределы своих возможностей. Боязнь оказаться не на высоте. Истощение внутренних ресурсов. Вирус стресса.

А. Я расслабляюсь и признаю мою ценность для мира. Я – на должной высоте. Жизнь – легка и радостна.

47. Витилиго (пегая кожа). Чувство полной отчуждённости от всего. Ты не в своём кругу. Не входишь ни в одну из групп.

А. Я нахожусь в самом центре жизни, и она полна любви.

48. Водянка, отек. От чего или от кого ты не хочешь избавиться?

А. Я с готовностью освобождаюсь от своего прошлого. Я

в безопасности. Теперь я свободен.

49. Возрастные проблемы. Вера в социум. Старое мышление. Опасение быть чьим–то я. Отрицание настоящего момента.

А. Я люблю и принимаю себя таким, какой я есть в любом возрасте. Каждая пора моей жизни интересна и совершенна.

50. Волдыри, водяные пузыри. Сопротивление. Отсутствие эмоциональной защиты.

А. Я легко и спокойно следую за жизнью и переживаю любой новый опыт. Всё в порядке.

51. Волосатость. Гнев, который прикрыт, обычно прикрытием бывает страх. Желание обвинять. Часто присутствует нежелание подпитывать себя.

А. Я вскрываю свой гнев и даю ему уйти. Я в мире с собой, с окружающими людьми и с жизнью. Я дарю себе любовь и поддержку.

52. Волчанка, туберкулез кожи. Опускаются руки. Лучше умереть, чем постоять за себя. Гнев и наказание.

А. Я могу легко и спокойно постоять за себя. Я утверждаю, что полностью распоряжаюсь собой. Я люблю себя и одобряю. Моя жизнь свободна.

53. Воспаление. Страх. Ярость. Видение красного. Воспаленное мышление.

А. Мои мысли тихие, спокойные, сконцентрированные.

54. Вросший ноготь пальца стопы. Беспокойство и чувство вины по поводу твоего права двигаться вперёд.

А. Выбирать направление моего движения по жизни – моё священное право. Я – в безопасности, я – свободен.

55. Выделения гноя (периодонтит). Гнев на неспособность принимать решения. Неопределённое отношение к жизни.

А. Я одобряю себя и свою жизнь. Я способен принимать правильные решения.

56. Газы, скопление, метеоризм. Зажатие. Страх. Непереваренные идеи, мысли.

А. Я в безопасности. Я расслабляюсь и с благодарностью легко принимаю от жизни все идеи, полезные для меня. Я позволяю жизни легко протекать через меня.

57. Гангрена. Ментальная болезнь. Радостные чувства тонут в ядовитых мыслях.

А. Сейчас я выбираю мысли, полные гармонии и любви. Я позволяю радости заполнить меня и свободно протекать через меня.

58. Гастрит. Длительная неуверенность, неопределенность. Чувство обречённости.

А. Я люблю и одобряю себя. Я в безопасности.

59. Геморрой. Боязнь не уложиться в отведённое время. Страх перед расставанием. Гнев по отношению к прошлому. Тягостное чувство.

А. Я с легкостью расстаюсь со всем, кроме любви. Всегда есть время и место всему, что я хочу делать.

60. Гениталии: проблемы, болезни. Боязнь оказаться не на высоте в сексуальных отношениях.

А. Я радуюсь собственному выражению жизни. Я совершенен. Я люблю и одобряю себя.

61. Гентингтона болезнь, подергивание конечностей. Негодование, возмущение, что не можешь изменить других. Чувство безнадежности.

А. Я принимаю жизнь и людей такими, какие они есть. Все идет так, как надо.

62. Гепатит. Сопротивление переменам. Страх, гнев, ненависть. Печень – вместилище гнева и ярости.

А. Мое сознание чисто и свободно. Я отпускаю прошлое и принимаю в свою жизнь новое. Все идет прекрасно.

63. Герпес гениталий (см. также: **Венерические болезни**). Вера в греховность секса и потребность в наказании. Чувство стыда. Вера в карающего Бога. Неприязнь к гениталиям.

А. Всё во мне нормально и естественно. Меня радует моя сексуальность и моё тело.

64. Герпес простой. (см. также: **Пузырьковый лишай**). Сильнейшее желание делать всё плохо. Невысказанная горечь.

А. В моих словах и мыслях – только любовь. Между мною и жизнью – мир.

65. Гиперактивность. Страх. Чувство, что на тебя давят, и ты неистовствуешь.

А. Жить – безопасно. Я спокойно и плавно перемещаюсь по жизни.

66. Гипервентиляция – усиленное дыхание. Страх. Сопротивление переменам. Недоверие к процессу перемен.

А. Во Вселенной я везде в безопасности. Я люблю себя и доверяю процессу жизни.

67. Гипертериоз (повышенная активности щитовидной железы, см. также: **Щитовидная железа**). Гнев

за игнорирование твоей личности.

А. Я нахожусь в центре жизни, я одобряю и себя, и всё, что вокруг меня.

68. Гипогликемия – пониженное содержание сахара в крови. Подавлен бременем жизни. Какая от всего этого польза?

А. Моя жизнь светла, легка и радостна.

69. Гипотериоз (понижение активности щитовидной железы, см. также: Щитовидная железа). Опускаются руки. Чувство безнадёжности, застоя.

А. Теперь я строю новую жизнь по правилам, которые полностью удовлетворяют меня.

70. Гипофиз, опухоль, воспаление головного мозга, болезнь Иценко–Кушинга. Отсутствие равновесия в мыслях. Много уничтожающих, подавляющих идей. Чувство перенасыщения силой.

А. Я с любовью уравновешиваю мой ум и мое тело. Сейчас я выбираю мысли, от которых чувствую себя хорошо.

71. Гирсутизм (избыточное оволосение у женщин). Скрытый гнев. Обычно используемое прикрытие – страх. Стремление обвинять. Часто: нежелание заниматься самовоспитанием.

А. Я – это мой любящий родитель. Меня окутывают любовь и одобрение. Для меня безопасно показывать, какой я человек.

72.1. Глаза: проблемы. Не нравится то, что ты видишь в собственной жизни.

А. Я сейчас творю свою жизнь. Мне нравиться смотреть вокруг. Я сейчас желаю увидеть красоту и великолепие своей жизни.

72.2. Глаза: астигматизм. Неприятие собственного «я». Страх увидеть себя таким, какой есть.

А. Я принимаю себя таким, какой я есть. Отныне я хочу видеть свою собственную красоту и великолепие.

72.3. Глаза: бельмо, расходящееся косоглазие . Страх посмотреть в настоящее прямо.

А. Я люблю и одобряю себя прямо сейчас.

72.4. Глаза: близорукость . Страх будущего.

А. Я принимаю жизнь такой, какая она есть. Я всегда в безопасности.

72.5. Глаза: глаукома. Упорнейшее нежелание простить. Давят застарелые обиды. Переполнен и подавлен этим.

А. Я прощаю всех, кто когда–либо мне навредили. Я смот-

рю вокруг с любовью и нежностью.

72.6. Глаза: дальнозоркость. Страх настоящего.

А. Я в безопасности здесь и сейчас. Я вижу то, что мне надо.

72.7. Глаза: болезни зрения у детей. Нежелание видеть то, что происходит в семье.

А. Гармония, радость, красота и безопасность окружают сейчас этого ребенка.

72.8. Глаза: катаракта. Неспособность смотреть вперед с радостью. Будущее покрыто мглой.

А. Жизнь вечна и полна радости. Я каждую минуту радостно предвкушаю встречу с новым событием в моей жизни.

72.9. Глаза: коньюктивит. Гнев и расстройство, крушение, разочарование относительно того, на что ты смотришь в жизни.

А. Я смотрю глазами, наполненными любовью. Я вижу гармоничную жизнь.

72.10. Глаза: коньюктивит острый, инфекционный, розовые глаза. Гнев и расстройство. Нежелание видеть.

А. Я освобождаю себя от потребности быть правым. Я

спокоен. Я люблю и одобряю себя.

72.11. **Глаза: косоглазие** (см. также: **Кератит**). Нежелание видеть, что там. Действие наперекор.

А. Для меня смотреть безопасно. Внутри меня мир и покой.

72.12. Глаза: сухие глаза. Злость. Отказ видеть, испытывать чувство любви. Скорее умер бы, чем простил. Злорадные, недоброжелательные, язвительные мысли.

А. Я освобождаюсь от гнева и обиды. Я прощаю всех. Я смотрю вокруг с любовью, пониманием и состраданием. Мир – это гармония. Меня окружают добро, любовь и поддержка.

72.13. **Глаза: экзотропия (расходящееся косоглазие)**. Боязнь взглянуть на действительность – прямо здесь.

А. Я люблю и одобряю себя и свою жизнь – прямо сейчас.

72.14. Глаза: ячмень. Взгляд на жизнь глазами, полными гнева. Гнев на кого–то.

А. Я смотрю на жизнь и на окружающих меня людей глазами, полными понимания, прощения и любви.

73. Глухота. Отрицание, упрямство, изоляция. Что–то ты не хочешь слышать. Не беспокойте меня.

А. Я прислушиваюсь ко всему тому, что меня окружает,

и радуюсь всему, что могу услышать. Я един с окружающим миром.

74. Голень, проблемы. Разрушение идеалов. Голень олицетворяет стандарты, устои жизни.

А. Я радостно меняюсь вместе с жизнью. Я позволяю жизни корректировать мои идеалы. Во мне всегда живы понятия добра и чести.

75. Голеностопный сустав, проблемы. Отсутствие гибкости и чувство вины. Лодыжки – символ способности к наслаждению.

А. Я заслуживаю наслаждения жизнью. Я принимаю все радости, которые предлагает мне жизнь. Я меняюсь вместе с жизнью.

76. Головные боли. Считаешь себя неполноценным. Самокритика. Страх.

А. Я люблю и одобряю себя. Я смотрю на себя и на то, что я делаю, с любовью. Я в безопасности.

77. Головокружение. Бегство от жизни. Мимолётные, бессвязные мысли. Отказ смотреть вокруг себя.

А. Я концентрируюсь на жизни и нахожусь с ней в мире. Для меня безопасно жить и радоваться жизни.

78. Голод: повышенное чувство. Ужас без надежды на перемены. Неистовое желание очистить себя от чувства ненависти к себе.

А. Я с радостью впускаю в жизнь перемены. Жить – прекрасно. Я люблю и принимаю себя.

79. Гонорея. Потребность в наказании за то, что плохой в сексе.

А. Я люблю моё тело. Моя сексуальность совершенна. Я люблю и одобряю себя.

80. Горло, нарушения здоровья (см. также **Ангина**):

80.1. **Горло:** б**олячки.** Удерживание гневных слов. Чувство неспособности выразить себя.

А. Я открыто проявляю свою индивидуальность. Я открыто заявляю о своих нуждах.

80.2. **Горло:** п**роблемы и болезни.** Нерешительность и неспособность постоять за себя. Проглоченный гнев. Кризис творчества. Нежелание измениться. Сдерживание себя.

А. Моё самовыражение свободно и радостно. Я легко могу постоять за себя. Я демонстрирую мою способность к творчеству. Я хочу измениться. Я прямо сейчас начинаю меняться.

81. Грибок. Отсталые убеждения. Нежелание расставаться с прошлым. Твое прошлое довлеет над настоящим.

А. Я позволяю новым мыслям и убеждениям входить в мою жизнь. Прошлое ушло. Я радостно и свободно живу в сегодняшнем дне.

82. Грипп (эпидемический). Реакция не негативный настрой окружения, общепринятые отрицательные установки. Страх. Вера в статистику.

А. Я – выше общепринятых верований или правил. Я верю в свободу от внешнего воздействия.

83. Грудь (грудные железы), нарушения здоровья:

83.1. Грудь: болезни. Чрезмерная забота и уход за кем–то. Чрезмерная защита кого–то. Отказ себе в «питании». Ставишь себя на последнее место.

А. Я свободна быть собой и даю другим свободу быть теми, кто они есть. Я нужна. Теперь я забочусь о себе, питаю себя с любовью и радостью.

83.2. Грудь: киста, опухоль, язвы, уплотнения (мастит). Позиция подавления личности, избыток заботы о других.

А. Для всех нас безопасно расти и развиваться. Я признаю свободу каждого быть тем, кем он хочет быть.

84. Грыжа. Прерванные отношения. Напряжение, нагрузка, груз, бремя. Неправильное творческое самовыражение.

А. Мой разум мягкий, добрый и гармоничный. Я люблю и одобряю себя. Я свободен быть собой.

85. Грыжа межпозвоночного диска. Ощущение, что жизнь полностью лишила тебя поддержки.

А. Жизнь поддерживает все мои мысли. Я люблю и одобряю себя. Всё идёт хорошо.

86. Депрессия. Гнев, который ты, по твоему мнению, не имеешь права чувствовать. Безнадёжность.

А. Жизнь прекрасна. Она приносит мне все, что надо.

87. Десны, кровотечение. Отсутствие радости при решениях, которые ты принимаешь в жизни.

А. Я верю, что в моей жизни имеют место только правильные действия. В моей душе покой.

88. Дёсны: заболевания. Неспособность выполнять решения. Отсутствие чётко выраженного отношения к жизни.

А. Я действую решительно и правильно. С любовью и благодарностью я принимаю жизнь такой, какая она есть.

89. Диабет. Тоска по несбывшемуся. Огромная нужда контролировать. Глубокое сожаление, горе. Не осталось никакой сладости, ничего приятного в жизни.

А. Этот момент наполнен радостью. Я сейчас выбираю переживать и испытывать сладость сегодняшнего дня.

90. Диарея, понос. Страх. Отрицание. Бегство.

А. Моя способность к потреблению, усвоению и очищению находится в совершенном порядке. Я в мире с жизнью.

91. Дизентерия. Страх и концентрация гнева.

А. Я наполняю сознание миром и покоем, и это отражается в моём теле.

92. Дизентерия амёбная. Уверенность, что другие стремятся добраться до тебя.

А. Я – воплощение силы в моём собственном мире. Я пребываю в мире и покое.

93. Дизентерия бактериальная. Давление и безнадёжность.

А. Во мне сила, энергия и радость жизни. Я свободен.

94. Диск, смещение. Чувство, что жизнь тебя абсолютно не поддерживает. Нерешительность.

А. Жизнь поддерживает все мои мысли, я люблю и одоб-

ряю себя, все прекрасно.

95. Дисменорея (см. **Женские болезни**). Гнев на саму себя. Ненависть к телу или к женщинам.

А. Я принимаю свою принадлежность к женскому полу, как естественную. Я люблю в себе женщину.

96. Дистрофия прогрессирующая мышечная. Нежелание принять собственную ценность, достоинство. Отрицание успеха.

А. Я уникальное творение Бога. Во мне достаточно сил и мудрости, чтобы преуспеть в жизни.

97. Дистрофия мускульная. Крайний страх. Сильное желание контролировать все и вся. Глубокая потребность чувствовать себя в безопасности. Утрата веры и доверия.

А. Для меня жить безопасно. Быть собой безопасно. Я достаточно хорош, какой я есть. Я доверяю себе.

98. Дрожжевая инфекция (см. также: **Кандидоз, Молочница**). Отрицание собственных потребностей. Отказ себе в поддержке.

А. Отныне я поддерживаю себя с любовью и радостью.

99. Дыхание, **болезни**:

99.1. Дыхание: проблемы. Страх или отказ полностью признать жизнь. Не ощущаешь в себе права занимать пространство в окружающем мире или даже существовать во времени.

А. Это мое право по рождению – жить полной жизнью и свободно. Я достоин любви. Я сейчас выбираю жить полной жизнью.

99.2. Дыхание плохое. Гнев и мысли о мести. Испытываешь чувство, что тебя удерживают.

А. Я освобождаюсь от груза прошлого с любовью. Я теперь высказываюсь только с любовью.

100. Желтуха (см. также: **Печень**). Внутренняя и внешняя предвзятость. Односторонние выводы.

А. Я терпимо, сострадательно и с любовью отношусь ко всем людям, включая себя.

101. Желудок, болезни. Опасения. Страх нового. Неспособность усваивать новое.

А. Жизнь – в гармонии со мной. Я принимаю новое в каждый момент своей жизни. Все прекрасно.

102. Желчные камни. Горечь. Тяжелые мысли. Осуждение, порицание. Гордыня, спесь.

А. Во мне присутствует радостное освобождение от про-

шлого. Жизнь прекрасна, и я тоже.

103. Женские болезни. Отрицание себя. Отвергание женственности.

А. Я радуюсь своей женственности. Я люблю быть женщиной. Я люблю свое тело.

104. Жесткость, отсутствие гибкости. Жесткое, негибкое мышление.

А. Я в достаточной безопасности, чтобы быть гибким. Я принимаю изменения в жизни и в себе.

105. Жир. Олицетворяет защиту. Сверхчувствительность. Часто олицетворяет страх и показывает необходимость в защите. Страх может служить и прикрытием для скрываемого гнева и сопротивления прощению.

А. Меня защищает Божественная любовь (или Вселенная). Я всегда в безопасности и надежно защищен.

105.1. **Жир на боках.** Упрямый гнев на родителей.

А. Я прощаю своих родителей и принимаю их такими, какие они есть.

105.2. **Жир на бедрах ног.** Упакованный детский гнев. Часто ярость на отца.

А. Мое прошлое ушло. Я выбираю жить и радоваться жиз-

ни сейчас. Я прощаю отца и принимаю его таким, какой он есть.

105.3. **Жир на животе.** Гнев **в ответ** на отказ в поддержке, подпитке. Гнев **в ответ** на отказ в духовной пище и эмоциональной заботе.

А. Я верю, что люди любят и поддерживают меня. Я развиваюсь духовно. У меня достаточно духовной пищи. Я чувствую удовлетворение и наслаждаюсь свободой.

105.4. **Жир на руках.** Гнев на отвергнутую любовь.

А. Я отпускаю свое прошлое. В моей жизни достаточно любви.

106. Задержка жидкости (см. также: **Отёки, Опухание**). Ты что–то боишься потерять.

А. Мне приятно и радостно расстаться с этим.

107. Заикание. Нет чувства безопасности. Отсутствие возможности самовыражения. Не позволяют плакать.

А. Я свободно могу поднять голос в свою защиту. Я в безопасности, выражая то, что хочу. Я общаюсь с людьми, испытывая только любовь.

108. Запах изо рта. Гнилые, непрочные, слабые позиции, низкие разговоры, сплетни, грязные, гневные мысли, мысли

о мести. Мешает прошлое.

А. Я с радостью расстаюсь с прошлым. Моя речь и мои мысли чисты и полны добра и любви.

109. Запах тела. Неприязнь к себе. Страх перед другими людьми.

А. Я люблю и принимаю себя таким, какой я есть. Я в безопасности среди людей.

110. Запор. Отказ освободиться от старых мыслей, идей. Привязанность к прошлому. Иногда терзание.

А. Я освобождаюсь от прошлого. В меня входит новое, свежее и полное жизни. Я позволяю потоку жизни протекать через меня.

111. Запястный синдром. Гнев и разочарование, связанные с мнимой несправедливостью и тяжестью жизни.

А. Я решаю строить жизнь, в которой радость, изобилие и справедливость. Мне – легко.

112. Зоб, разрастание щитовидной железы. Ненависть к навязанному в жизни. Жертва. Ощущение исковерканной жизни. Несостоявшаяся личность. Чувство ненависти за то, что тебе причинили боль, страдание.

А. Я сам себе сила и авторитет. Я свободен быть собой.

113. Зубы, нарушения:

113.1. **Зубы: болезни.** Продолжительная нерешительность. Неспособность распознавать идеи для их последующего анализа и принятия решений.

А. Мои решения основываются на истине. Я знаю, что в моей жизни происходят только правильные события.

113.2. **Зубы: зажатый зуб мудрости.** Ты не отводишь места в сознании для закладки прочного фундамента последующей жизни.

А. Я открываю жизни дверь в моё сознание. Во мне – обширное пространство для моего собственного роста и изменений.

113.3. **Зубы: проблемы в корневом канале.** Потеря способности уверенно погружаться в жизнь. Разрушение главных (коренных) убеждений.

А. Я создаю прочную основу для себя и своей жизни. Отныне меня поддерживают мои убеждения, и это меня радует.

114. Зуд. Желания, идущие вразрез с характером. Неудовлетворённость. Раскаяние. Стремление выбраться из ситуации.

А. Мне мирно и спокойно там, где я есть. Я прощаю и принимаю себя и свою жизнь такими, какие есть. Все полез-

ные для меня желания удовлетворяются.

115. Изжога. Сильный сжимающий страх.

А. Я дышу свободно и полной грудью. Я в безопасности. Я доверяю процессу жизни.

116. Илеит – воспаление слизистой оболочки тонкой кишки. Страх. Беспокойство. Недостаточно хорош.

А. Я люблю и одобряю себя. Я делаю самое лучшее, что могу. Я прекрасен. Внутри меня царит мир.

117. Импотенция. Сексуальное давление, напряжение, вина. Сексуальные ложные убеждения. Злость на предыдущую партнершу. Страх перед матерью.

А. С любовью я прощаю себя и женщин. С благодарностью я освобождаюсь от страха перед женщинами. Отныне я легко и радостно позволяю моей сексуальности действовать с нужной силой и доставлять радость и удовольствие мне и женщине.

118. Инфекция. Раздражение, гнев, досада.

А. Отныне я становлюсь миролюбивой и гармоничной личностью.

119. Инфлюэнца. Ответ на негативность и убеждения масс, групп людей. Вера в статистические данные.

А. Я свободен от всех скоплений, скученности, влияния людей и их убеждений.

120. Искривление позвоночника. Неспособность плыть по течению жизни. Страх и попытки удержать устаревшие мысли. Недоверие к жизни. Отсутствие цельности натуры. Никакой смелости убеждений.

А. Я освобождаюсь от всех страхов. Отныне я доверяюсь жизненному процессу. Я знаю, что жизнь – это для меня. У меня прямая и гордая от любви осанка.

121. Ишиас – невралгия седалищного нерва. Чрезмерная критичность. Страх за деньги и будущее.

А. Я иду к своему высшему благу. Мое благо везде, и я в безопасности.

122. Кандидоз – молочница, группа заболеваний, вызванных дрожжеподобным грибком. Сильное чувство рассеянности. Наличие большого количества гнева и чувства разочарования, безысходности. Претензии и недоверие к людям. Любовь к спорам.

А. Я позволяю себе быть тем, кем хочу. Я заслуживаю в жизни самого лучшего. Я люблю и ценю себя и других людей.

123. Карбункулы (см. также: **Фурункул**). Отравляющий гнев относительно собственной несправедливости.

А. Я прощаю себя и отпускаю свое прошлое.

124. Кашель, покашливания. Желание привлечь к себе внимание. «Увидьте меня! Слушайте меня!».

А. Мне достаточно внимания в жизни.

125. Кератит – воспаление роговой оболочки глаза. Гнев крайней степени. Желание бить и колотить всех и все, что видишь вокруг.

А. Я позволяю любви моего сердца исцелять все, что вижу вокруг. Я выбираю мир и покой. В мире, в котором я живу, все прекрасно.

126. Киста. Постоянное «прокручивание» в голове прежних обид. Неправильное развитие.

А. Я думаю о том, что всё идёт хорошо. Я люблю себя.

127. Кишечник, проблемы. Страх перед тем, чтобы отпустить от себя старое, ненужное.

А. Я свободно и легко освобождаюсь от старого и с радостью приветствую новое в моей жизни.

128. **Климакс, проблемы**. Страх перестать быть желанным. Страх перед возрастом. Отвержение себя. Недостаточно хорош (обычно сопровождается истерией).

А. Я в равновесии и полон мира при смене циклов в моей

жизни. Я люблю и принимаю себя в любом возрасте.

129. Кожа, болезни. Тревога, страх. Старая, глубоко скрытая муть, грязь, что–то отвратительное. Мне угрожает опасность.

А. Я с любовью очищаю и защищаю себя мыслями, полными радости и мира. Я прощаю и отпускаю прошлое. Теперь я свободен.

130. Колени, проблемы. Упрямое, неподатливое эго и гордыня. Неспособность покориться. Страх. Отсутствие гибкости. Ни за что не уступлю.

А. Я всех прощаю и понимаю. Я всем сострадаю. Я легко уступаю и поддаюсь, если это полезно для меня и мира. Всё идёт хорошо.

131. Колики, резкие боли. Раздражение, гнев, нетерпение, досада, недовольство окружением.

А. Я принимаю людей такими, какие они есть. Все вокруг наполнено миром и покоем.

132. Колиты – воспаления слизистой оболочки толстой кишки. Чересчур требовательные родители. Чувство угнетения и поражения. Огромная необходимость в любви, ласке. Отсутствие чувства безопасности. Олицетворяет легкость расставания с прошлым.

А. Я люблю и одобряю себя. Я создаю собственную радость. Я выбираю быть победителем в жизни. Я с легкостью освобождаюсь от прошлого.

133. Ком в горле. Страх. Недоверие к процессу жизни.

А. Я в безопасности. Я верю, что жизнь создана для меня. Я выражаю себя свободно и радостно.

134. Корковый паралич (см. также: **Паралич**). Нереализованная потребность объединить семью изъявлением любви.

А. Я вношу свой вклад в мирную жизнь семьи, где царит любовь. Всё идёт хорошо.

135. Коронарный тромбоз (см. также: **Сердце, приступы**). Чувство одиночества и страха. У меня есть недостатки. Я мало делаю. Я никогда не достигну этого.

А. У меня полное единение с жизнью. Вселенная полностью поддерживает меня. Все хорошо.

136. Кости, болезни:

136.1. Кости: деформация. Ментальное давление и зажатость. Мускулы не могут растягиваться. Отсутствие подвижности ума.

А. Я вдыхаю жизнь полной грудью. Я расслабляюсь и пол-

ностью доверяюсь потоку и процессу жизни.

136.2. Кости: переломы, трещины. Восстание против авторитета. Бунт против чужой власти.

А. В моей Вселенной я сам себе авторитет, ибо здесь думаю и принимаю решения только я.

137. Крапивница, сыпь. Маленькие скрытые страхи. Делаешь из мухи слона.

А. Я вношу мир и покой в каждый уголок моей жизни.

138. Кровотечение. Уходящая радость. Гнев. Но где, куда?

А. Я – это радость жизни. Я отдаю и получаю радость в совершенном ритме.

139. Кровоточивость дёсен. Отсутствие радости по поводу решений, принятых в жизни.

А. Я принимаю в жизни только правильные решения. Моя душа спокойна.

140. Кровотечение аноректальное (гематохезия). Гнев и ощущение крушения всего, фрустрация.

А. Я полностью доверяю процессу жизни. В моей жизни имеют место только правильные и хорошие действия.

141. Кровь, нарушения:

141.1. Кровь: болезни (см. также **Лейкемия**). Отсутствие радости. Отсутствие движения идей, мыслей.

А. Внутри меня свободно и мягко циркулируют новые, приносящие радость мысли.

141.2. Кровь: чрезмерное свертывание. Блокирование потока радости.

А. Я пробуждаю внутри себя новую жизнь. Моя радость свободно течет во мне.

142. Кровяное давление, **нарушения:**

142.1. Кровяное давление высокое. Застарелая неразрешимая эмоциональная проблема.

А. Я с радостью и легко освобождаюсь от прошлого. У меня внутри мир.

142.2. Кровяное давление низкое. Отсутствие любви в детстве. Пораженческое настроение. Какая польза от всего этого, все равно ничего не получится!

А. Сейчас я выбираю для себя – всегда жить в радостном сегодня. Моя жизнь полна радости и успеха.

143. Ларингит – воспаление гортани. Злость мешает

говорить. Страх мешает высказаться. Чувство, что на тебя давят, тебя принуждают. Негодование, возмущение, чувство обиды против авторитета.

А. Я чувствую себя свободно, чтобы высказать то, что я хочу. Выражать себя – безопасно. Я испытываю чувство мира и покоя.

144. Легкие, проблемы. Депрессия, подавленное состояние. Горе, печаль, огорчение, беда, неудача. Страх принять жизнь. Не заслуживаю жить полной жизнью.

А. У меня есть способность принять всю полноту жизни. Я наполняю свою жизнь любовью.

145. Лейкорея – бели (см. **Женские болезни**). Вера в то, что женщины беспомощны перед противоположным полом. Гнев на партнера.

А. Я сама создаю свой опыт жизни. Я – сама сила. Я наслаждаюсь своей принадлежностью к женскому полу. Я свободна.

146. Лейкемия – белокровие. Жестко подавляемое вдохновение. Какая польза от всего этого?

А. Я двигаюсь за пределы прошлых ограничений в свободу настоящего. Мне безопасно быть собой.

147. Ленточный червь (солитёр). Сильная убеждён-

ность, что ты жертва или что ты греховен. Беспомощность перед тем, что принимается за отношение к тебе других людей.

А. Другие лишь отражают те добрые чувства, которые я испытываю к себе. Я люблю и ценю всё, что есть во мне. Я свободный человек.

148. Лимфа, проблемы. Предупреждение, что ум необходимо переключить на самое главное в жизни: любовь и радость.

А. Сейчас я полностью концентрируюсь на любви и радости к жизни. Я плыву по течению жизни. В душе моей – покой.

149. Лимфатические узлы, опухоль. Порицание, вина и огромный страх того, что «недостаточно хорош». Безумная гонка доказать свое я – до тех пор, пока в крови не останется субстанции, чтобы поддерживать себя. В этой гонке за тем, чтобы тебя приняли, забывается радость жизни.

А. Я счастлив быть собой. Я достаточно хорош, какой я есть. Я люблю и одобряю себя. Я – сама радость, которую я выражаю и принимаю.

150. Лихорадка. Гнев, злость, сердитость.

А. Я – спокойное выражение мира и любви.

151. Лишай, разновидности:

151.1. Лишай опоясывающий. Ожидание потери. Страх и напряжение. Слишком большая чувствительность.

А. Я расслаблен и чувствую внутри себя мир, потому что доверяю процессу жизни. Все в моем мире прекрасно.

151.2. Лишай, простуда, герпес на половых органах, копчике. Полная и глубокая вера в сексуальную вину и потребность в наказании. Публичный стыд. Вера в кару Господнюю. Отвержение половых органов.

А. Мое понимание Бога поддерживает меня. Во мне все нормально и естественно. Я наслаждаюсь своим телом и собственной сексуальностью. Я прекрасен и совершенен.

151.3. Лишай, простуда, герпес на губах. Горькие слова остаются невысказанными.

А. Я позволяю горечи уйти из моей жизни. Жизнь совершенна.

151.4. Лишай стригущий. Позволение другим пробраться под свою кожу. Не чувствуешь себя достаточно хорошим или достаточно чистым.

А. Я люблю и одобряю себя. Я свободен.

152. Лысина. Страх. Напряжение. Стараешься контро-

лировать все вокруг. Не доверяешь процессу жизни.

А. Я чувствую себя в безопасности. Я люблю и одобряю себя. Я доверяю жизни.

153. Малокровие с серповидными эритроцитами. Вера в то, что ты недостаточно хорош, разрушает силу радости жизни.

А. Я люблю и принимаю себя. Я радуюсь жизни.

154. Малярия. Отсутствие равновесия с природой и жизнью.

А. Я в совершенном равновесии с собой, с природой и с жизнью.

155. Мастит. Чрезмерная забота о ком–то или о чем–то. Чрезмерное опекание.

А. Все идет так, как надо. Я доверяю процессу жизни.

156. Мастоидит – воспаление соска. Гнев и крушение надежд. Желание не воспринимать, что происходит. Страх, мешающий пониманию ситуации.

А. Божественный мир и гармония окружают меня, живут во мне. Я – оазис мира, любви и радости. Все прекрасно в моем мире.

157. Матка, заболевание слизистой оболочки, эро-

зия, эндометриоз. Ощущение незащищённости, огорчение и разочарование. Замена любви к себе сахаром. Упрёки.

А. Я – сильная и желанная. Прекрасно быть женщиной. С любовью я творю свою жизнь.

158. Менингит спинного мозга. Воспаленное мышление и гнев на жизнь. Очень сильные разногласия в семье. Жизнь в атмосфере гнева и страха. Много беспорядка внутри. Отсутствие поддержки.

А. Я выбираю творить мир в своем уме, теле и мире вокруг меня. Все прекрасно. Я в безопасности и любим. Я предаю забвению все обвинения и принимаю покой и радость жизни.

159. Менструальные проблемы. Отвергание своей женской природы. Вина, страх. Вера в то, что половые органы полны греха или грязные.

А. Как женщина, я принимаю всю свою силу, принимаю все процессы, которые протекают в моем теле, как нормальные и естественные. Я люблю и одобряю себя.

160. Метеоризм (боль от газов в кишечнике). Зажатость. Страх. Нереализованные идеи.

А. Я расслабляюсь и позволяю жизни легко и свободно течь во мне.

161. Мигрень. Отвращение к принуждению. Сопротивление течению жизни. Сексуальные страхи.

А. Я расслабляюсь и плыву в потоке жизни; я позволяю ей давать мне все, в чем нуждаюсь, с легкостью и непосредственно. Жизнь – для меня.

162. Миопия – близорукость. Страх будущего. Недоверие к тому, что впереди.

А. Я доверяю процессу жизни. Я в безопасности.

163. Мозг, опухоль. Ложные убеждения. Упрямство. Отказ пересматривать устаревшие стереотипы.

А. Для меня легко перепрограммировать компьютер моего мозга. Жизнь в целом – это изменение, и моё сознание – это постоянное обновление.

164. Мозоли (обычно на ногах). Затвердевшие области мысли – упрямая привязка к боли, испытанной в прошлом.

А. Я прощаю и отпускаю всю боль, причиненную мне в прошлом. Новые пути и мысли совершенно безопасны. Я свободно иду вперёд. Я сейчас радуюсь жизни.

165. Молочница (см. также: **Кандидоз, Рот, Дрожжевая инфекция**). Злость на себя за принятие ошибочных решений.

А. Свои решения я воспринимаю с любовью, поскольку

знаю, что всегда могу их изменить. Я – в полной безопасности.

166. Мононуклеоз – железистая лихорадка, увеличение лимфатических узлов, селезенки. Гнев, что не получаешь любовь и одобрение. Больше о себе не заботишься. Много внутреннего критицизма. Привычка играть в: «Ну, не ужасно ли все это?» Страх собственного гнева.

А. Я люблю себя, ценю и забочусь о себе. Я наслаждаюсь тем, что живу.

167. Морская болезнь. Страх. Страх смерти. Отсутствие контроля.

А. Я в безопасности в этой Вселенной. Я в мире и покое везде. Я доверяю жизни.

168. Мочеиспускательная система, нарушения:

168.1. Мочевой пузырь, инфекция. Униженность, обычно – противоположным полом. Обвинение других.

А. Я с любовью принимаю других людей такими, какие они есть. Я люблю и одобряю себя.

168.2. Мочевой пузырь, проблемы (цистит). Беспокойство, тревога. Сдерживание себя по отношению к старым мыслям. Страх отпустить их. Оскорбление.

А. Я легко и с удовольствием освобождаюсь от старого и приветствую новое. Я в безопасности.

168.3. Мочевые пути: инфекция. Раздражение. Злость, обычно на противоположный пол или партнёра по сексу. Ты возлагаешь вину на других.

А. Я прощаю женщин (мужчин) и принимаю их такими, какие они есть. Я хочу измениться. Я люблю и одобряю себя.

168.4. Мочеиспускательный канал: воспаление (уретрит). Озлобленность. Тебе докучают. Обвинение.

А. Я прощаю других людей и принимаю их такими, какие они есть. В моей жизни я творю только радостные дела.

169. Мышцы, нарушения:

169.1. Мышцы: перенапряжения и спазмы. Сопротивление новому опыту.

А. Я легко и свободно перемещаюсь по жизни и получаю новый опыт. Жизнь несет мне только то, что мне полезно.

169.2. Мышечная дистрофия. Взрослеть не имеет смысла. Желание остаться под опекой родителей. Нежелание быть сильным и двигаться по своему жизненному пути.

А. Я способен быть сильным и свободным. Во мне есть все, что мне нужно, чтобы преуспеть в жизни.

170. Надпочечники: заболевания. Пораженческое настроение. Наплевательское отношение к себе. Чувство тревоги.

А. Я люблю себя и одобряю свои действия. Заботиться о себе – совершенно безопасно.

171. Нарколепсия – непреодолимая сонливость. Не можешь справиться. Очень сильный страх. Желание уйти от всего этого. Нежелание быть здесь.

А. Я полагаюсь на Божественную мудрость и руководство, которые всегда меня защитят. Я в безопасности.

172. Невралгия. Наказание за вину. Мука, боль при общении.

А. Я прощаю себя. Я люблю и одобряю себя. Общение приносит радость.

173. Неизлечимые болезни. Вера в то, что это неизлечимо.

А. Чудеса происходят каждый день. Я вхожу вовнутрь, чтобы разрушить стереотип, ставший причиной заболевания, и принимаю Божественное исцеление. И это так!

174. Неправильная осанка, посадка головы. Страх. Страх будущего. Не сейчас, позже. Несоответствующий вы-

бор времени.

А. Я все делаю правильно и в нужное время. Я люблю и одобряю себя. Все прекрасно.

175. Нервы, нарушения:

175.1. Нервное расстройство, срыв. Концентрированная сосредоточенность на себе. Защемление каналов связи. Убегание.

А. Я открываю душу и в общении излучаю любовь. Здесь я в полной безопасности.

175.2. Нервозность. Страх, беспокойство, тревога, борьба, метания, торопливость.

А. Я путешествую по бесконечным просторам вечности, и у меня достаточно времени. Я общаюсь с открытым сердцем, всё идёт так, как надо.

176. Несварение желудка, диспепсия, нарушение пищеварения. Сидящий глубоко внутри страх, ужас, тревога. Ворчание и жалобы.

А. Я с миром и радостью в душе перевариваю и усваиваю весь новый опыт.

177. Несчастные случаи. Неспособность постоять за себя. Бунт против власти. Вера в насилие.

А. В моей душе мир и покой. Во мне уважение к себе и чувство собственного достоинства.

178. Нефрит. Слишком сильная реакция на разочарования и неудачи.

А. Я совершаю только правильные поступки. Я предаю забвению старое и приветствую новое. Всё идет так, как надо.

179. Новообразования. Удержание в душе старых обид. Усиливающееся чувство неприязни.

А. Я прощаю с лёгкостью. Я люблю и хвалю себя.

180. Ноги, **проблемы** (см. также **Колени**):

180.1. **Ноги: атлетические проблемы.** Боязнь, что не примут таким, какой есть. Неспособность легко двигаться вперед.

А. Я люблю и одобряю себя. Я разрешаю себе двигаться вперед. Двигаться вперед безопасно.

180.2. **Ноги: бедро (верхняя часть ноги), проблемы**. Боязнь движения вперёд в выполнении главных решений. Отсутствие целей.

А. Я всегда сохраняю совершенное равновесие. Я двигаюсь вперед по жизни легко и радостно.

180.3. Ноги: нижняя часть ног. Страх будущего. Нежелание двигаться.

А. Я двигаюсь вперед, уверенно и с радостью, зная, что у меня в будущем все прекрасно.

180.4. **Ноги: опухоль на большом пальце ноги**. Отсутствие радости при встрече с опытом жизни.

А. Я с радостью встречаю тот опыт, который приносит мне жизнь.

180.5. **Ноги: проблемы со ступнями ног.** Страх будущего и отсутствие силы шагать по жизни. Боязнь, что ты не сделаешь в жизни шаг вперёд.

А. Я иду вперед по жизни с легкостью и радостью.

180.6. **Ноги: вросший ноготь на пальце.** Беспокойство и вина относительно права продвигаться вперед.

А. Это мое право от Бога – следовать собственному направлению в жизни. Я в безопасности. Я свободен.

181. Ногти обкусанные. Расстройство планов. Крушение надежд. Пожирание себя. Злость на одного из родителей.

А. Расти и взрослеть – безопасно. Сейчас я управляю жизнью с легкостью и радостью.

182. Нос, **проблемы:**

182.1. Нос: насморк. Просьба о помощи. Внутренний плач.

А. Я люблю и утешаю себя так, как мне приятно.

182.2. Нос: заложенный. Не признаешь собственную ценность.

А. Я люблю и ценю себя. Я расту и развиваюсь.

182.3. **Нос: задненосовое течение**. Внутренний плач. Детские слезы. Ты – жертва.

А. Я сознаю, что я – созидающая сила в моей жизни, и принимаю это. Отныне я наслаждаюсь своей жизнью.

182.4. **Нос: кровотечение.** Потребность в признании, одобрении. Чувство, что не признают и не замечают. Плач по любви. Просишь помощи. Внутренний плач.

А. Я люблю и одобряю себя. Я знаю себе настоящую цену. Я – яркая личность.

183. Облысение. Страх. Напряжение. Стремление всё контролировать. Недоверие к процессу жизни.

А. Я – в безопасности. Я люблю и одобряю себя. Я доверяю жизни.

184. Обморок, потеря сознания. Страх. Не можешь

справиться. Маскировка.

А. У меня есть сила, энергия и знание справиться с чем угодно в моей жизни. Я в безопасности.

185. Ожоги. Гнев. Сжигание. Раздраженный, рассерженный.

А. Я создаю внутри себя и вокруг себя только мир и гармонию. Я заслуживаю хорошего самочувствия.

186. Озноб. Внутренняя сжатость, отступление и уход в себя. Стремление отступить. «Оставьте меня в покое».

А. Я с радостью открываюсь миру и двигаюсь вперед. Я в безопасности.

187. Онемение (неприятное покалывание, жжение). Сдерживание чувств уважения и любви. Отмирание эмоций.

А. Я позволяю себе радоваться и любить с полной силой. Я делюсь радостью и любовью. Я чувствую все, что есть в мире полезного для меня.

188. Опухание (см. также: **Отёки, Задержка жидкости**). Ты увяз в мыслях. Навязчивые, болезненные идеи.

А. Мои мысли текут легко и свободно. Я с лёгкостью ориентируюсь в различных идеях.

189. Опухоли:

189.1. Опухоли: старые. Носишься со старыми обидами и потрясениями. Угрызения совести, раскаяние.

А. Я с любовью освобождаюсь от прошлого и обращаю свое внимание на наступающий день. Все прекрасно.

189.2. Опухоли: растущие, новообразования. Нянчишься со своими старыми обидами. Накручивание в себе негодования, возмущения, чувства обиды.

А. С любовью и благодарностью я прощаю всех и отпускаю от себя прошлое. Я открываюсь радости нового дня.

190. Остеомиелит. Гнев и разочарование в самой жизни. Такое чувство, что тебя никто не поддерживает.

А. У меня в душе мир. Я доверяю процессу жизни. Я в безопасности.

191. Остеопороз – пористость костей. Чувство, что никакой поддержки в жизни не осталось. Нет опоры.

А. Я могу постоять за себя, а жизнь всегда с любовью поддерживает меня.

192. Отек, водянка. С кем или с чем ты не хочешь расстаться?

А. Я легко расстаюсь с прошлым, и это безопасно для меня. Теперь у меня полная свобода.

193. Отит, боли в ушах. Гнев. Нежелание слышать. Слишком большое смятение, шум. Спорящие родители.

А. Меня окружает гармония. В словах окружающих людей я слышу любовь, понимание и поддержку. Я являюсь центром любви.

194. Отрыжка. Страх. С жадностью и слишком быстро проглатываешь все, что с тобой происходит.

А. У меня есть время и условия для всего, что мне необходимо сделать. У меня внутри мир.

195. Отсутствие аппетита (см. также: **Аппетит, потеря**). Отрицание личной жизни. Сильное чувство страха, ненависть к себе и отрицание себя.

А. Безопасно оставаться собой. Я – замечательный человек. Я выбираю жизнь, радость и приветствую себя, как личность.

196. Оцепенение, нечувствительность, окоченение (парестезия). Отказ в любви и внимании. Умирание чувств.

А. Я делюсь своими чувствами и любовью с окружающими. Я отзываюсь на любовь, которая живет в каждом человеке.

197. Пагубные привычки. Бегство от самого себя.

Страх. Нелюбовь к себя.

А. Я люблю и принимаю себя таким, какой я есть. Я в безопасности.

198. Пазухи синуса, болезнь, свищ. Раздражение по отношению к какому–то человеку, к кому–то близкому.

А. Во мне и вокруг меня царят мир и гармония. Я принимаю людей такими, какие они есть.

199. Панкреатит. Неприятие. Гнев и безысходность: кажется, что жизнь утратила свою притягательность.

А. Я люблю и одобряю себя. Я сам создаю радость в своей жизни.

200. Паразиты. Отдаешь силу, власть другим. Позволяешь овладеть собой.

А. Я вновь уверенно беру власть над собой в свои руки, положив конец любому вмешательству в свою жизнь.

201. Паралич. Страх, ужас. Бегство от ситуации или от человека. Сопротивление.

А. Я – неотделимая часть жизни. Я веду себя адекватно во всех ситуациях. Я в безопасности.

202. Паралич лицевого нерва (см. также: **Паралич, Параличное дрожание**). Крайней степени контроль над

гневом. Нежелание выражать свои чувства.

А. Мне совершенно безопасно выражать свои чувства. Я прощаю себя. Я смотрю на мир открыто, с любовью и доброжелательностью.

203. Параличное дрожание, состояние полной беспомощности. Парализующие мысли, зацикливание, привязанность.

А. Я теку вместе с жизнью, меняясь каждое мгновение. Быть гибким значит обладать силой.

204. Паркинсона болезнь (см. также: **Параличное дрожание**). Страх и сильное желание контролировать все и вся.

А. Я расслабляюсь, зная, что я в безопасности. Жизнь – для меня, и я доверяю процессу жизни.

205. Печень, проблемы (см. также: **Гепатит, Желтуха**). Хронические жалобы на все. Нахождение оправданий собственным придиркам, чтобы обмануть себя. Постоянно плохо себя чувствуешь.

А. Я принимаю жизнь и людей такими, какие они есть. Я ищу любовь и нахожу ее везде.

206. Пиелонефрит. Чувствуешь унижение, скорее всего – противоположным полом. Обвинение других.

А. Я беру ответственность за свою жизнь на себя.

207. Пиорея, альвеолярный периостит. Гнев на отсутствие способности принимать решения. Слабые, невыразительные люди рядом, болтуны.

А. Я одобряю себя и людей, и мои решения всегда совершенны для меня.

208. Пищевод, проблемы. Не можешь ничего взять от жизни.

А. Я беру от жизни все, что мне нужно.

209. Пищевое отравление. Позволяешь другим взять контроль над собой. Чувство беззащитности.

А. Я осознаю свою индивидуальность. Я обладаю силой и мудростью самостоятельно решать свои проблемы.

210. Плач. Проливание слез в радости, в печали и при чувстве страха.

А. Мои эмоции исполнены мира и покоя. Я люблю и принимаю себя таким, какой я есть.

211. Плечи сутулые. Несешь бремя жизни. Беспомощность, беззащитность.

А. Я стою прямо и свободно. Я люблю и одобряю себя. Я легко решаю сам проблемы своей жизни. Я в безопасности.

212. Плохой запах изо рта. Грязные отношения, грязные сплетни, грязные мысли.

А. Я говорю и думаю обо всём с любовью.

213. Пневмония – воспаление легких. Отчаяние. Усталость от жизни. Эмоциональные раны, которые нельзя исцелить.

А. Я легко вдыхаю энергию Вселенной, наполненную любовью и новой жизнью.

214. Повреждения. Гнев на самого себя. Чувство вины.

А. Я принимаю себя таким, какой я есть. Я действую так, как надо.

215. Подагра. Потребность в доминировании. Отсутствие терпения, гнев.

А. Я признаю свободу других. Я в мире с собой и другими.

216. Позвоночник, искривление. Неспособность следовать поддержке, получаемой от жизни. Страх и попытки придерживаться старых, отживших идей. Недоверие к жизни. Отсутствие целостности, полноты. Отсутствие мужества признать свою неправоту.

А. Я отпускаю свои страхи. Теперь я доверяю процессу жизни. Я знаю, что жизнь – для меня. Я стою прямо и высоко

подняв голову, и внутри меня любовь.

217. Полиомиелит. Парализующая ревность. Желание остановить кого–то.

А. Я создаю свое добро и свою свободу мыслями, наполненными любовью. Я позволяю другим людям поступать так, как они считают нужным.

218. Порезы (см. также: **Травмы, Раны**). Наказание за то, что не следуешь своим собственным правилам.

А. Я всегда безупречен в своих действиях.

219. Почки, проблемы. Критицизм, разочарование, досада, неудача, провал, недостаток чего–либо, ошибка, несостоятельность, неспособность. Реагируешь, как маленький ребенок.

А. В любом событии своей жизни я нахожу пользу. Радоваться и взрослеть для меня безопасно.

219.1. **Почки: воспаление** (см. также: **Нефрит**). Чувствуешь себя как ребенок, который «не может сделать это правильно» и который «недостаточно хороший». Неудачник, потеря, проигрыш.

А. Я люблю и одобряю себя. Я заботусь о себе. Я притягиваю к себе удачу.

219.2. **Почки: почечные камни**. Сгустки нерастворённого гнева.

А. Я легко растворяю проблемы прошлого. Я с радостью освобождаюсь от гнева.

220. Предменструальный синдром ПМС. Позволяешь смущению и замешательству царствовать внутри тебя. Отдаешь силу внешним влияниям. Отрицание женских процессов.

А. Сейчас я беру на себя заботу о состоянии своего ума и жизни. Я сильная, динамичная женщина! Все части моего тела великолепно функционируют. Я люблю себя.

221. Приступы (припадки). Убегание от семьи, от себя, от жизни.

А. Вселенная – мой родной дом. Я в полной безопасности, я создаю в своей жизни мир и гармонию.

222. Приступы удушья. Страх. Недоверие к жизни. Застревание в детстве.

А. Взрослеть – безопасно. Мир безопасен.

223. Проблемы старения. Общественное мнение. Устаревшие мысли. Боязнь быть собой. Неприятие сегодняшней действительности.

А. Я люблю себя и радуюсь жизни. Мои мысли благостны,

и они меняются вместе с жизнью. Быть собой безопасно в любом возрасте.

224. Простата, болезни. Внутренние страхи ослабляют мужественность. Начинаешь сдаваться. Сексуальное напряжение и чувство вины. Вера в возрастные болезни.

А. Я люблю и одобряю себя. Я признаю собственную силу. Мой дух вечно молод.

225. Простудные заболевания:

225.1. Простуда, насморк, катар верхних дыхательных путей. Слишком много событий одновременно, смятение, беспорядок. Мелкие обиды. Тип убеждения: «Каждую зиму я три раза болею простудой».

А. Я даю своему уму возможность расслабиться и быть спокойным. Вокруг и внутри меня царят ясность и гармония.

225.2. Простуда, холод, охлаждение, озноб. Внутренняя зажатость, сдерживание гнева, уход в себя. Желание отступить. «Оставьте меня в покое».

А. Я в любое время чувствую себя в безопасности. Я надежно защищен. Меня окружает и защищает любовь. Все прекрасно.

225.3. Простудные болячки, язвы (лихорадочные

волдыри), пузырчатый, губной лишай. Мучающие человека слова гнева и страх сказать их открыто.

А. Я впускаю в свою жизнь любовь и гармонию. Я выражаю свои мысли и нужды с любовью в сердце.

226. Прыщи. Неприятие себя. Недовольство собой.

А. Я – Божественное выражение самой жизни. Я люблю и принимаю себя таким, какой я есть.

227. Прямая кишка, **нарушения,** см. **Анус**.

228. Псориаз. Страх быть обиженным, раненым. Потеря самоощущения. Отказ принять ответственность за свои собственные чувства.

А. Я принимаю радости жизни. Я люблю и принимаю себя.

229. Пузырьковый лишай (см. также: **Герпес**). Терзают гневные слова и боязнь их произнести.

А. Я создаю только мирные ситуации, потому что я люблю себя. Всё идёт хорошо.

230. Равновесие, проблемы или отсутствие . Разбросанное, не сконцентрированное мышление.

А. Я концентрируюсь на чувстве безопасности и равновесии. Все идет так, как надо.

231. Радикулит (ишиас). Лицемерие. Страх за деньги и за будущее.

А. Я начинаю жить с большой пользой для себя. Моё благо повсюду, я же всегда в полной безопасности.

232. Рак. Глубокая рана. Длительное чувство негодования и обиды. Интенсивное скрытое, либо окрашенное горем и печалью, пожирание себя. Сохранение чувства ненависти.

А. Я с любовью прощаю всех и освобождаюсь от всего, что связано с прошлым. Отныне я заполняю радостью мой собственный мир. Я люблю и одобряю себя.

233. Раны:

233.1. Раны: крупные. Вина и гнев на себя.

А. Я прощаю и люблю себя.

233.2. Ранки на губах, в полости рта. Ядовитые слова, сдерживаемые губами.

А. Я позволяю себе говорить то, что думаю. Внутри меня – любовь.

233.3. Ранки на теле. Невыраженный гнев.

Я с радостью и позитивным настроем выражаю мои эмоции.

234. Рассеянный склероз. Жёсткость мышления, жестокосердие, железная воля, отсутствие гибкости. Страх. Гнев.

А. В моих мыслях любовь и радость. Я создаю светлый и радостный мир. Я наслаждаюсь свободой и безопасностью.

235. Растяжение связок. Гнев и сопротивление. Нежелание двигаться в определенном направлении в жизни.

А. Я доверяю жизни вести меня к высшему благу. Внутри меня мир и покой.

236. Расчесывание царапин. Чувство, что жизнь тебя тащит, что с тебя сдирают кожу.

А. Я иду по жизни самостоятельно, радостно и свободно. Моя защита надежна и нерушима.

237. Рахит. Эмоциональный голод. Потребность в любви и защите.

А. Я в безопасности; меня питает любовь самой Вселенной.

238. Рвота. Настойчивое отрицание идей. Страх нового.

А. Я с радостью впускаю в свою жизнь полезное новое, в том числе – полезные новые идеи.

239. Ревматизм. Чувство, что тебя делают жертвой, мучают, обманывают, преследуют. Чувство собственной уязвимости. Потребность в любви. Хронические огорчения. Обида. Негодование, возмущение.

А. Вся моя жизнь – дело моих рук. Любя и одобряя себя и других, я чувствую себя лучше и лучше.

240. Ревматоидный артрит. Сильный критицизм по отношению к авторитету. Чувство, что на тебя взваливают слишком много, что ты обманут.

А. Я – сам себе авторитет. Я люблю и одобряю себя. Жизнь прекрасна.

241. Респираторные заболевания. Страх полностью принять жизнь.

А. Жизнь приносит мне радость, любовь и поддержку. Я в безопасности.

242. Рот, проблемы. Предвзятость. Закрытый ум. Неспособность принимать новые идеи.

А. Я приветствую новые идеи и концепции. Я готов их усвоить.

243. Самоубийство. Видение жизни только в черном и белом свете. Отказ видеть или искать другой выход.

А. В жизни всегда можно найти любовь и понимание. Я

живу с учётом всех возможностей. Всегда есть другой путь. Я открываюсь жизни, переживаю каждый момент с верой в будущее.

244**. Селезенка**. Хандра, злоба, раздражение. Мучаешься навязчивыми идеями относительно происходящего с тобой.

А. Я люблю и одобряю себя. Я доверяю жизни, которая всегда поддерживает меня. Все, что происходит в моей жизни – мне на благо.

245. Сенная лихорадка (см. также: **Аллергия**). Скопление эмоций. Страх перед календарем. Убеждение, что тебя преследуют. Чувство вины.

А. Я един со всей жизнью. В моей душе мир и покой. Я всегда в безопасности.

246. Сердце, **болезни** (см. также **Кровь**):

246.1. **Сердечные приступы.** Изгнание из сердца всякой радости ради денег, карьеры или ещё чего–либо.

А. Я возвращаю переживания радости в центр своего сердца. Я выражаю любовь ко всему.

246.2. **Сердце: проблемы.** Давнишние эмоциональные проблемы. Отсутствие радости. Ожесточение сердца. Вера в

напряжение, переутомление и давление, стресс.

А. Радость. Радость. Радость. Я с удовольствием пропускаю поток радости через своё сознание, тело, жизнь.

247. Седые волосы. Стресс. Недостаток энергии. Вера в необходимость траты сил на давление и напряжения.

А. В моей душе мир и покой. Мне хватает энергии и сил на все, что мне действительно нужно.

248. Селезёнка, проблемы. Хандра, злоба, раздражение. Навязчивые идеи относительно происходящего.

А. Я люблю и одобряю себя. В моей душе и в моих мыслях мир и благо. Моя жизнь меня радует и поддерживает.

249. Синусит (воспаление слизистой оболочки околоносовых пазух). Раздражение, вызванное одним из близких.

А. Я прощаю своих близких. Гармония и мир наполняют меня и всё пространство вокруг.

250. Синяки, кровоподтеки. Небольшие столкновения в жизни. Наказание себя.

А. Я люблю и прощаю себя. Все прекрасно.

251. Сифилис. (см. также **Венерические болезни**). Растрачивание своей силы и эффективности.

А. Я решаю быть самим собой. Я одобряю себя таким, какой я есть.

252. Скелет, проблемы (см. также **Кости**). Разрушение структуры жизни.

А. Я люблю жизнь. Моя жизнь построена так, как нужно.

253. Склеродермит – твердая, плотная кожа. Чувство беззащитности и опасности. Чувство, что тебя раздражают другие люди и угрожают тебе. Создание защиты.

А. Божественная сила защищает меня; я всегда в безопасности. Все, что я делаю, правильно и несет мне любовь, которую я принимаю с радостью и наслаждением.

254. Сколиоз (см. **Искривление позвоночника**, **Плечи сутулые**).

255. Слабость. Потребность ума в отдыхе.

А. Мой ум набирается сил.

256. Слизистая толстой кишки (см. также: **Колиты, Спастический колит, Кишечник**). Наслоения устаревших путаных мыслей забивают каналы удаления шлаков. Ты топчешься в вязкой трясине прошлого.

А. Я предаю прошлое забвению. У меня ясное мышление. Я мирно и радостно живу в настоящем.

257. Солитеры. Сильное убеждение в том, что ты жертва и что ты грязный. Беспомощность в отношении мнимых позиций других людей.

А. Я люблю и одобряю себя, и это отражают мне другие люди.

258. Спазмы. Напряжение мыслей из–за страха.

А. Я всегда спокоен и расслаблен. Я – в безопасности.

259. Спайки в животе. Страх. Остановка процесса.

А. Я доверяюсь процессу жизни. Я чувствую себя в безопасности.

260. Спастический колит (см. также: **Колиты, Кишечник, Слизистая толстой кишки**). Боязнь отпустить, дать чему-то уйти. Отсутствие чувства безопасности.

А. Я легко освобождаюсь от всего ненужного. Жизнь всегда дает мне всё, что нужно. Я в безопасности.

261. СПИД. Чувство беззащитности и безнадёжности. Всем наплевать. Сильная вера в собственную никчемность. Неприязнь к себе. Чувство сексуальной вины.

А. Я – важная часть Вселенной. Я наслаждаюсь проявлением своей сексуальности. Я обладаю силой и способностями. Я люблю и ценю себя.

262. Спина, болезни (см. также следующий текст):

262.1. **Спина: верхняя часть.** Отсутствие эмоциональной поддержки. Чувство, что ты нелюбим. Сдерживание чувства любви.

А. Я люблю и одобряю себя и свои действия. Жизнь поддерживает и любит меня.

262.2. **Спина: средняя часть**. Вина. Замыкание на прошлом, на том, что остается за спиной. Оставьте меня в покое.

А. Я освобождаюсь от груза прошлого. С любовью в сердце я свободно иду вперёд.

262.3. **Спина: нижняя часть**. Страх, порожденный отсутствием денег. Отсутствие финансовой поддержки.

А. Я доверяю процессу жизни. Я всегда получаю то, что мне нужно. Я в безопасности.

263. Столбняк. Потребность выпустить на волю гнев, мучающие тебя мысли.

А. Я позволяю любви из самого моего сердца омыть, очистить и исцелить каждую часть моего тела и моих эмоций.

264. Стригущий лишай (дерматомикоз). Позволяешь другим плохо действовать тебе на нервы. Плохое самочув-

ствие или ощущение в себе недостатка добродетели.

А. Я люблю и одобряю себя. Я защищен от вредных воздействий других людей. Я – свободен.

265. Судороги, спазмы. Напряжение. Страх. Зажатость, стремление ухватиться, зацепиться.

А. Я расслабляюсь, успокаиваюсь и позволяю миру воцариться в моей душе.

266. Сыпь. Раздражение по поводу отсрочек, задержек. Детский способ привлечь внимание.

А. Я люблю и одобряю себя. Я нахожусь в мире с процессом жизни.

267. Тахикардия параксизмальная. Страх. Не можешь совладать с ситуацией. Скрытность, засекречивание.

А. У меня достаточно сил и мудрости, чтобы справиться с любой ситуацией. Я в безопасности. Я открыт миру.

268. Тик, подергивания, конвульсии. Страх. Ощущение, что другие наблюдают за тобой.

А. Я – в безопасности. Во мне все прекрасно.

269. Тимус – вилочковая железа, проблемы. Главная железа иммунной системы. Чувство, что жизнь напирает. «Они» пришли, чтобы овладеть мной, моей свободой.

А. Полные любви мысли поддерживают мою иммунную систему в отличном состоянии. Я в безопасности внутри и снаружи. Я исцеляю себя с любовью. Я свободен.

270. Тонзиллит – воспаление миндалин. Страх. Подавляемые эмоции. Удушаемое творчество.

А. Я в безопасности. Я свободно выражаю свои эмоции. Через меня выражаются Божественные идеи. Внутри меня мир и покой.

271. Тошнота. Страх. Отрицание, отвергание какой–либо мысли или опыта.

А. Я в безопасности. Я доверяю процессу жизни, который приносит мне только пользу.

272.1. Травмы. См. также: «**Порезы**», «**Раны**». Гнев, обращённый на себя. Чувство вины.

А. Я прощаю себя и принимаю себя таким, какой я есть. Я люблю себя и высоко ценю.

272.2. Травмы родовые. Кармические проблемы, незаконченное дело. Проблемы или долги генетического рода.

А. Все, что со мной происходит, необходимо мне для моего духовного роста. Я принимаю жизнь, со всеми ее испытаниями, такой, какая она есть. Я радуюсь жизни и развиваюсь духовно.

273. Тризм (спазм жевательных мышц). Гнев. Стремление командовать. Отказ выражать свои чувства и высказывать свои желания.

А. Я доверяюсь жизненному процессу. Я отказываюсь командовать другими людьми. Мне легко попросить о том, чего я хочу. Жизнь на моей стороне.

274. Туберкулез. Чахнешь от эгоизма. Одержим собственническими идеями. Жестокие, безжалостные, мучительные мысли. Месть.

А. Я люблю и одобряю себя и других людей. Я созидаю для себя и других мир, полный радости и покоя, чтобы жить в нем. То, что мне принадлежит – мое временно, и я легко расстаюсь с тем, что приносит пользу другому.

275. Угри. Чувство, что ты грязен и нелюбим. Слабые вспышки гнева.

А. Я люблю и одобряю себя и других. Я люблю и любим.

276. Удар, паралич. Отказ идти на уступки. Сопротивление. Лучше умереть, чем измениться. Отрицание жизни.

А. Жизнь – это перемены; я легко адаптируюсь к новому. Я принимаю жизнь: прошлое, настоящее и будущее.

277. Удержание жидкостей. Что ты боишься потерять?

А. Я охотно и с радостью освобождаюсь от лишнего. Я свободен.

278. Удушье, приступы. Страх. Отсутствие доверия к процессу жизни. Застревание в детстве.

А. Для меня безопасно расти и развиваться. Мир – безопасное место.

279. Узелковые утолщения. Чувство обиды, негодование, возмущение и расстройство планов, уязвлённое из–за карьеры самолюбие. Крушение надежд, безысходность.

А. Я расстаюсь с моей внутренней медлительностью. Я спокоен. Я позволяю успеху войти в мою жизнь.

280. Укачивание при движении (см. также: **Укачивание при езде в автомобиле или поезде, Морская болезнь**). Страх. Боязнь, что ты уже потерял контроль над собой.

А. Я всегда контролирую себя. Я – в безопасности. Я люблю и одобряю себя.

281. Укачивание при езде в автомобиле или в поезде. Страх. Зависимость. Чувство загнанности в тупик.

А. Я легко преодолеваю пространство и время. Меня окружает только любовь.

282. Укусы. Страх. Открытость для всяческого пренебрежения.

Я прощаю себя и люблю себя с каждым днём всё больше.

282.1. **Укусы крупных животных.** Гнев, направленный внутрь. Нужда в наказании.

А. Я живу в этом мире легко, с любовью и радостью. Все, что я делаю – правильно.

282.2. Укусы насекомых. Чувство вины по поводу каких–то незначительных вещей.

А. Мои действия совершенны, эффективны и приносят мне чувство гармонии.

283. Уретра, воспаление. Эмоции гнева. Унижение. Обвинение.

А. С любовью и благодарностью я прощаю всех, кто когда-либо мне навредили. Я притягиваю в свою жизнь достойных людей и с радостью создаю гармоничные отношения с ними.

284. Усталость. Сопротивление. Скука. Отсутствие любви к тому, что делаешь.

А. Я с энтузиазмом отношусь к жизни. Меня заполняют энергия и энтузиазм.

285. Уши, шум, звон в ушах. Отказ слушать. Не слышишь внутренний голос. Упрямство.

А. Я слушаю и слышу все, что сообщает мне жизнь. Я доверяю своему высшему Я. Я с любовью прислушиваюсь к внутреннему голосу. Я освобождаюсь от всего, что мешает мне с любовью слушать и слышать.

286. Фиброидные опухоли и кисты. Помнишь оскорбление, нанесённое партнёром. Удар по женскому самолюбию.

А. А. Я прощаю мужчин и принимаю их такими, какие они есть. Я наполняю свою жизнь любовью.

287. Фиброз кистовый. Сильное убеждение в том, что жизнь не принесёт ничего хорошего. Бедный (бедная) я.

А. Жизнь любит меня, и я люблю жизнь. Я принимаю жизнь полностью и свободно.

288. Фистула, свищ. Страх. Блокировка процесса развития.

А. Я в безопасности. Я полностью доверяю процессу жизни. Жизнь – для меня.

289. Флебит – воспаление вен. Гнев и разочарование. Обвинение других в том, что в жизни нет или мало радости.

А. Радость свободно течет внутри меня, и я в мире с жиз-

нью.

290. Фригидность. Страх Отрицание наслаждения, удовольствия. Вера в то, что секс–это плохо. Бесчувственные партнеры. Страх перед отцом.

А. Для меня безопасно наслаждаться своим телом. Я радуюсь, что я женщина.

291. Фурункулы. Гнев. Постоянное кипение и бурление внутри.

А. Я выражаю любовь и радость. Моя душа спокойна.

292. Холестерин (повышенное содержание). Засорение каналов радости. Страх принять радость.

А. Я выбираю жизнь, наполненную любовью. Мои каналы, воспринимающие радость, широко открыты. Получать для меня безопасно.

293. Храп. Упорное нежелание расстаться с устаревшими стереотипами.

А. Я радостно освобождаюсь от прошлого и устаревшего. Я ухожу от прошлого в новое, свежее и полное жизни настоящее.

294. Хронические болезни. Нежелание перемен. Страх перед будущим. Чувство опасности.

А. Я хочу изменяться и расти. Я создаю новое и безопасное будущее.

295. Царапины (ссадины). Ощущение, что жизнь тебя терзает, что жизнь – грабительница, что тебя грабят.

А. Я приношу жизни благодарность за её щедрость ко мне. На мне лежит благословение.

296. Целлюлит – воспаление подкожной клетчатки. Долго сохраняемый гнев и чувство самонаказания. Привязка к боли, испытанной в раннем детстве. Зацикленность на ударах и шишках, полученных в прошлом. Сложности в движении вперед. Боязнь выбрать собственное направление в жизни.

А. Я прощаю всех. Я прощаю себя. Я освобождаюсь от прошлого и с радостью двигаюсь вперед.

297. Церебральный паралич. Необходимость сплотить семью.

А. Любовь, любовь, любовь. В моем сердце безусловная любовь ко всему и всем, что и кто меня окружают.

298. Циркуляция. Олицетворяет способность чувствовать и выражать эмоции позитивным образом.

А. Во мне живут радость и любовь к себе и к этому миру.

299. Цистит (болезнь мочевого пузыря). См. Мочевой пузырь, проблемы.

300. Челюсть, проблемы. Гнев. Негодование, возмущение, чувство обиды. Желание отомстить.

А. Я прощая людей и принимаю их такими, какие они есть. Я люблю и одобряю себя. Я в безопасности.

301. Челюсть, спазм мышц. Гнев. Желание контролировать. Отказ выражать открыто свои чувства.

А. Я всех прощаю. Я доверяю процессу жизни. Я легко выражаю свои мысли, чувства, желания. Жизнь поддерживает меня.

302. Чесотка. Зараженное мышление. Позволяешь другим негативно влиять на тебя.

А. В моих мыслях любовь, радость, чистота. Я принадлежу только себе.

303. Шея, проблемы (см. также следующий текст). Несгибаемое упрямство, жесткость, непреклонность. Отказ посмотреть на вопрос с разных сторон. Нежелание понять другие точки зрения. Жесткое мышление.

А. Я легко и гибко рассматриваю любой вопрос с разных сторон. Я понимаю другие точки зрения и легко перенимаю то в них, что соответствует истине и идет на пользу миру. Я

легко меняюсь вместе с жизнью.

304. Щитовидная железа, проблемы. Унижение. Чувство, что тебя атаковала жизнь. Я никогда не добьюсь позволения делать то, что хочу. Когда же настанет моя очередь? Они стремятся добраться до меня.

А. Мои добрые мысли укрепляют силу моей иммунной системы. У меня надёжная защита изнутри и снаружи. Я заполнен любовью.

304.1. Щитовидная железа: ослабление функции. Уступки, отказ. Чувство безнадежной подавленности. Мне никогда не удастся делать то, что я хочу.

А. Я могу и хочу действовать в этом мире. Я выхожу за рамки всех ограничений, свободно и творчески выражаю себя.

304.2. Щитовидная железа: увеличение в размерах. Крайнее разочарование в том, что не способен делать то, что хочешь. Все время реализация других, не себя. Ярость, что остался «за бортом».

А. Я возвращаю свою силу на принадлежащее ей место во мне. Я принимаю свои собственные решения. Я реализую себя.

305. Экзема. Крайне сильный антагонизм с миром. Пси-

хические срывы.

А. Гармония и мир, любовь и радость окружают меня и живут во мне. Я надежно защищен и в безопасности.

306. Эмфизема. Страх принять жизнь. Не стоит жить.

А. Право жить полной и свободной жизнью дано мне от рождения. Я люблю жизнь. Я люблю себя.

307. Эндометриоз. Ощущение незащищённости, огорчение и разочарование. Замена любви к себе сахаром. Упрёки.

А. Я – сильная и желанная. Прекрасно быть женщиной. Я люблю себя, я успешно творю свою жизнь.

308. Эпидермофития стопы. Безысходность от того, что тебя не признают. Неспособность к лёгкому продвижению вперёд.

А. Я люблю и одобряю себя. Я легко двигаюсь вперёд. Это движение – безопасно.

309. Эпилепсия. Чувство преследования. Отрицание жизни. Чувство огромной борьбы. Насилие над собой.

А. Я считаю жизнь вечной и радостной. Меня наполняют мир и покой. Я свободен.

310. Ягодицы обвисшие, дряблые. Потеря силы.

А. Во мне достаточно силы. Я разумно пользуюсь своей силой.

311. Язва. Страх. Сильная вера в то, что ты недостаточно хорош. Что тебя гложет?

А. Я люблю и одобряю себя. Внутри меня царят мир и покой. Я спокоен. Все прекрасно.

312. Язва пищеварительных органов. Страх. Убеждённость в своей ущербности. Стремление угодить.

А. Я люблю и одобряю себя. В моей душе покой. Я – замечательная личность.

313. Язвенные воспаления в полости рта, стоматит. Терзающие человека слова, которым не дают выхода. Порицание, упрек.

А. Во мне только добрые, радостные мысли, которые я с легкостью выражаю. С любовью я принимаю себя и других людей.

Нарушения в позвоночнике: причины и новые мысли, способствующие исцелению

Степень истинности этого текста довольно высокая – 90%, но все равно недостаточная, чтобы можно было использовать то, что в нем написано, сразу, без переделки для себя. Снова напоминаю, что в нем – лишь подсказки и ориентиры, чтобы самому сформулировать мысли, которые помогут лично тебе исцелиться от того или иного нарушения здоровья позвоночника.

В одном абзаце с обозначением позвонка записана вероятная причина болезни, в следующем – аффирмации (А), способствующие исцелению.

Основной материал текста взят из книги Владимира Жикаренцева[3].

Шейные позвонки:

Ш—1. Страх, смущение, замешательство. Бегство от жизни. Чувство, что недостаточно хорош. «Что скажут соседи?» Бесконечная внутренняя болтовня.

---

[3] 1. Жикаренцев В. В. Путь к свободе. Кармические причины возникновения проблем, или как изменить свою жизнь. – М. : АСТ, 2011. – 413 с.

А. Я – человек сосредоточенный, спокойный и уравновешенный. Я доверяю своему высшему «я». Все, что я делаю, правильно. Я в безопасности. Внутри меня царят мир и покой.

Ш—2. Отрицание мудрости. Отказ знать или понимать. Нерешительность. Негодование, возмущение, чувство обиды и вины. Отсутствует равновесие с жизнью. Отрицание собственной духовности.

А. Я открываюсь мудрости своего внутреннего я. Знание и понимание процессов жизни несут мне безопасность и гармонию. Я всегда действую правильно. Я открыт миру и един с ним.

Ш—3. Принятие на себя ответственности за других. Вина. Мука. Нерешительность. Изнуряешь себя. Откусываешь больше, чем можешь проглотить.

А. Я несу ответственность только за себя. Я даю людям возможность действовать самим и самим проходить свои уроки жизни. Я свободно теку вместе с потоком жизни. Я мудро распоряжаюсь тем, что ко мне приходит, и беру от жизни ровно столько, сколько мне необходимо.

Ш—4. Вина. Подавленный гнев. Горечь. Скрываемые чувства. Невыплаканные слезы.

А. Я отпускаю свое прошлое. Передо мной расстилается

прекрасное, полное любви и гармонии настоящее.

Ш—5. Страх насмешки и унижения. Страх выразить себя. Отказ от собственного блага. Перегрузка.

А. Мое общение свободно от страха. Действовать и выражать себя – прекрасно и безопасно. Мои действия всегда эффективны. Жизнь – это добро и любовь. Я свободно и легко иду по жизни.

Ш—6. Большая ноша. Перегрузка. Попытка исправлять других. Сопротивление. Отсутствие гибкости.

А. Я охотно позволяю другим учиться на их собственном опыте. Я легко и радостно иду по жизни и меняюсь вместе с ней.

Ш—7. Замешательство. Гнев. Чувство беспомощности. Отсутствие способности достичь чего–то.

А. Я прощаю прошлое. Я всегда знаю, что делать. Все мои решения правильные. Во мне достаточно сил, чтобы предпринимать любые действия. Я наслаждаюсь тем, что делаю.

Грудные позвонки:

Г—1. Страх перед жизнью. Слишком много дел и забот. Не могу справиться. Отгораживание от жизни.

А. Во мне достаточно сил, мудрости и воли, чтобы жить

в этом мире. Жить – безопасно. Я открыт миру и свободно действую в нем.

Г—2. Страх, боль и обида. Нежелание чувствовать. Душа закрыта.

А. Я отпускаю своё прошлое. Я открываю сердце и позволяю радости войти в мою жизнь. Я в безопасности.

Г—3. Внутренний хаос. Старые, глубокие обиды. Неспособность общаться.

А. Я всех прощаю. Я позволяю равновесию, миру и покою установиться в моей душе. Общение с людьми несет мне радость и наслаждение.

Г—4. Горечь. Потребность приписывать ошибки другим. Осуждение, приговор.

А. Я даю своему прошлому свободно уйти. Я открываю в себе дар прощать. В жизни все происходит так, как должно происходить. Я смотрю на жизнь и на людей спокойно и с любовью.

Г—5. Отказ дать эмоциям течь. Сдерживание чувств, гнева.

А. Проявлять эмоции для меня безопасно. Я высвобождаю негативные и разрушительные эмоции наиболее приемлемым для меня и окружающих людей способом.

Г—6. Гнев на жизнь. Забитые, накопленные негативные эмоции. Страх будущего. Постоянное беспокойство. Отсутствие любви к себе.

А. Жизнь–это радость и любовь. Я отпускаю негативные эмоции и позволяю положительным эмоциям войти в мое сердце. Мое будущее прекрасно. Я люблю себя и принимаю таким, какой я есть.

Г—7. Накопление боли. Отказ радоваться.

А. Я отпускаю свою боль и даю ей уйти. Я впускаю в жизнь радость и наслаждение.

Г—8. Навязчивая идея о неудаче. Сопротивление своему благу.

А. Я способен действовать эффективно. В моей жизни присутствуют только правильные действия. Я позволяю добру и благу войти в мою жизнь.

Г—9. Чувство, что жизнь тебя подводит, опускает. Обвинение других. Я – жертва.

А. Я отказываюсь обвинять других людей. Я с любовью и радостью создаю свою жизнь.

Г—10. Отказ взять ответственность на себя (взять инициативу в свои руки). Потребность быть жертвой. «Это все

ваша вина».

А. Я принимаю ответственность на себя. Я знаю, что мне нужно в жизни. Я строю жизнь такой, какой хочу ее видеть.

Г—11. Низкое мнение о себе. Боязнь отношений.

А. Я сильная и гармоничная личность. Я делаю шаг навстречу людям. Общение с людьми доставляет мне радость и интерес. Я легко и свободно общаюсь с ними.

Г—12. Отрицание права на жизнь. Чувство опасности, ненадежности и страх любви. Неспособность переваривать что–либо.

А. Я имею право на жизнь и на благополучие. Для меня жить в этом мире и любить безопасно. Я открываюсь любви. Все, что со мной происходит, несет мне радость и поддержку.

Поясничные позвонки:

П—1. Плач по любви и потребность в одиночестве. Неуверенность.

А. Я открываюсь людям и принимаю их в свою жизнь. Я впускаю в свою жизнь любовь и радость. Я в безопасности.

П—2. Не можешь забыть боль, испытанную в детстве. Не видишь выхода.

А. Я прощаю свое прошлое и отпускаю его. Я выбираю действие. Каждое мое действие правильное и несет мне радость преображения.

П—3. Сексуальное оскорбление, плохое обращение на почве секса. Вина. Ненависть к себе.

А. Я отпускаю свое прошлое и начинаю строить новое гармоничное будущее. В моей жизни присутствуют только гармоничные сексуальные отношения. Проявлять свою сексуальность безопасно. Я люблю и принимаю себя.

П—4. Отрицание сексуальности, отказ от секса. Отсутствие финансовой стабильности. Страх за карьеру. Чувство бессилия.

А. Сексуальные отношения – это равноправная сторона моей жизни. Я позволяю своей сексуальности проявляться наиболее естественным образом. В каждый момент времени у меня в наличии нужное мне количество денег. Меня ведет по жизни мое высшее я. Я доверяю себе и своему Пути. У меня есть силы и желание идти по жизни и решать встающие передо мной задачи.

П—5. Отсутствие чувства безопасности. Трудности в общении. Гнев. Неспособность получать удовольствие.

А. Я в безопасности. В моей душе любовь и гармония. Я легко общаюсь с другими людьми. Я получаю от жизни ра-

дость и удовольствие.

Крестец. Отсутствие силы, мощи. Застарелое злое упрямство.

А. Я освобождаюсь от прошлого. В меня входит сила Вселенной. С любовью и радостью я принимаю жизнь и себя такими, какие они есть. Я меняюсь вместе с жизнью.

Копчик. Ты не в ладу с собой. Продолжаешь упорствовать. Винишь себя. Не расстаёшься со старой болью.

А. С любовью я прощаю себя и принимаю таким, какой я есть. Я легко и мягко теку вместе с потоком жизни. Я отпускаю прошлое и боль, которую мне причинили. Все прекрасно в моей жизни.

О гигиене смертных тел

Под гигиеной мы понимаем здесь регулярные действия, направленные на поддержание чистоты, в первую очередь – чистоты организма (всей совокупности тел).

О гигиене физического тела все мы знаем достаточно много, к ее соблюдению большинство людей приучаются с детства. Думаю, что ежедневная чистка зубов и водные процедуры, мытье рук перед едой и после контактов с не очень чистыми объектами (или субъектами, если, скажем, кота считать субъектом), своевременная смена и стирка носков и проч. – неотъемлемые элементы твоей повседневной жизни, мой читатель. И больше мы об это говорить не будем.

Но вот о гигиене других смертных тел мало кто говорит, и к ней почти никто не приучает своих детей. Потому что подавляющее большинство родителей сами ничего о ней не знают и ее не соблюдают. Соблюдаешь ли ее ты, мой читатель?

Физическое тело надо содержать в чистоте, с этим все (по крайней мере, большинство) согласны и стараются делать это.

А эфирное тело содержать в чистоте не надо, можно наполняться до отказа грязными эфирными энергиями и распространять их потом вокруг себя?

И астральное тело тоже не надо содержать в чистоте,

вполне приемлемо копить в себе негативные низкочастотные эмоции и желания, а когда ими переполнишься и не сможешь больше их держать в себе – вываливать их на тех, кто рядом, как правило – самых близких людей, так, что ли?

И для ментального тела правила гигиены тоже не предусмотрены, можно перемалывать в голове или на языке одни и те же грязные низкочастотные мысли, так?

Стоит ли удивляться тому, что мы с вами живем так мало, ведь день за днем мы загрязняем свои тонкие тела и создаем в них рассадники причин разнообразных заболеваний физического тела, сильно сокращая его (и свою) жизнь! Надеюсь, ты помнишь, мой читатель, что причины болезней физического тела человека – в нарушениях его более тонких тел.

Если ты хочешь прожить долгую, активную, здоровую жизнь, тебе нужно соблюдать регулярную гигиену не только физического тела, но и всех смертных тонких тел, и эфирного, и астрального, и ментального.

Гигиена эфирного тела – это регулярная, желательно – ежедневная очистка тела от эфирных загрязнений. Лучший способ для этого – энергетическая гимнастика (цигун, тайцзицюань, мягкие стили ушу и айкидо, йога, тенсегрити или др., хотя бы по несколько упражнений каждый день).

На худой конец сойдет хотя бы во время ежедневного душа представлять, что вода проникает вовнутрь и вымывает из тебя всю грязь. Или когда ты в туалете – представлять, что из тебя выливается вся грязь из всего тела, а не только

из мочевого пузыря. Впрочем, это уже – практические рекомендации, а чуть выше я написала, что эта книга – не практикум…

Гигиена астрального тела – это регулярное очищение себя от негативных, низкочастотных эмоций (в разделе 12 приводится подробная таблица эмоций и соответствующих им частот). С какой периодичностью это делать – зависит от скорости накопления или суммарной силы этих негативных эмоций.

Если ты никогда этим не занимался – то начинать надо с ежедневной очистки от накопленного негатива, того, который ты большую часть своей жизни в себе подавлял и отправлял в подсознание, и тем самым копил, копил, копил… Потом, когда очистишься от этого массива, можно будет такую очистку проводить реже, 1-2 раза в неделю и дополнительно – после негативных событий.

Гигиена ментального тела – это регулярная очистка ума от ненужных или негативных низкочастотных мыслей, особенно тех, которые крутятся в голове, многократно повторяясь. Ты думаешь, если ты занимаешься медитациями, ты достиг тишины ума? Не факт!

Возможно, пока ты занимаешься медитацией, ты и останавливаешь мыслемешалку в голове, а что происходит, когда ты возвращаешься в обычное состояние сознания, или когда теряешь бдительность в стрессовой ситуации и после нее? О чем ты думаешь, о чем ты говоришь с другими людьми в

обычной повседневной жизни?

Если ты больше молчишь (не только внешне, но и внутренне) и слушаешь, чем думаешь о чем попало и говоришь – я рада за тебя, мой читатель! Но сомневаюсь, что таких людей много.

Есть отличный способ совместить гигиену ментального и астрального тел в одном действии.

Надо всего лишь 5-10 минут в день (каждый день!) отображать все свои мысли на бумагу (т.е. записывать быстро, сокращая слова, как получится, отбросив все представления о красоте почерка или правильности мыслей). При этом нужно максимально интенсивно выражать все свои самые негативные эмоции – в гадких словах и в почерке, кривом, с разрывами бумаги и, возможно, с пятнами слез на ней…

Потом надо прочитать запись (то, что удастся прочесть), выписать полезные мысли, если они там окажутся, а саму запись сжечь, мысленно попрощавшись с тем, что там написано. Можно запись делать на туалетной бумаге, тогда еще проще – бумагу с записью можно потом сбросить в унитаз и смыть.

Это – опять из области практик, а ведь книга у нас – не практикум!

Надеюсь, ты понял, мой читатель, что гигиена тонких тел так же важна, как и гигиена физического тела, и ты нацелен регулярно ее соблюдать, чтобы прожить долгую, активную, осознанную, здоровую жизнь.

О молодости и старости

Ты когда-нибудь задумывался, мой читатель, почему люди живут так мало? В интернете можно найти разные сведения о том, на сколько лет активной жизни рассчитано наше тело, но все сходятся в том, что это – как минимум, 120 лет.

Надеюсь, ты понимаешь, что в природе заложен механизм старения и смерти любого живого существа, потому что жизнь должна все время обновляться, приспосабливаться к постоянным изменениям мира и развиваться. А физическое бессмертие какого-либо биологического вида живых существ приведет к застою, нарушит баланс жизни в природе и может в итоге привести к гибели многих видов жизни на планете.

Но понятно также, что длительность жизни людей значительно меньше той длительности жизни, которая заложена в человеке природой. Давай попробуем разобраться, как должны протекать в жизни человека процессы молодости и старения, и как все на деле происходит.

Сначала рассмотрим этот вопрос с энергоинформационной точки зрения.

Мы получили следующую информацию.

В организмах людей есть специальные энергоинформационные комплекты для каждого органа и каждой системы организма – комплекты молодости и комплекты старости (точ-

нее – старения). В каждый комплект входят эталон состояния или процесса (молодости или старения) и структура, которая реализует алгоритмы приведения органа или системы в соответствие с эталоном.

Правильная работа организма человека такая.

До возраста 28 лет – рост и развитие (т.е. детство).

Процессы роста в детстве не разделяются по органам и системам, организм растет как целостная система, разворачивается из эталонной голограммы.

С 14 лет процессы роста организма (детства) постепенно отключаются. К возрасту 20 лет детские процессы роста организма идут с мощностью 10% от максимальной. К возрасту 28 лет эти процессы постепенно затухают.

В возрастном периоде с 14 до 21 года выходят постепенно на полную мощность комплекты молодости, в идеале – от 0 до 100% мощности.

Далее до возраста 49 лет – комплекты молодости должны работать на 90-100% мощности, комплекты старости – выключены, вернее – они должны работать на холостом ходу, в режиме накопления информации о работе соответствующего органа или системы организма.

Дальше, до возраста 77 лет – комплекты старения включаются дополнительно на 0,5% мощности в год, мощность работы комплектов молодости соответственно уменьшается каждый год на 0,5%. В возрасте 77 лет комплекты по старости должны работать на 14% мощности, по молодости – на

86%.

После возраста 77 лет мощность работы комплектов по старости увеличивается на 1% в год, а комплектов по молодости – уменьшается на 1% в год.

Это – правильная работа этих комплектов у человека, который не занимается никакими энергетическими или духовными практиками, естественный природный процесс старения органов и систем организма человека.

Когда соотношение мощностей работы комплектов молодости и комплектов старости 30/70% к максимуму – это естественная точка невозврата к состоянию стабильности, после этого возможно только ускорение старения.

Это должно происходить через 56 лет после 77 лет, т.е. в возрасте 133 лет, если не включаются дополнительные ускорители старения. До этого состояние может быть стабильным, после – только старение, ведущее к дряхлости и смерти. После точки невозврата процесс старения можно замедлить только специальными духовными практиками в сочетании с трансплантацией органов.

Физическая смерть может произойти в любой момент при соотношении мощностей работы комплектов молодости и комплектов старости (15-20)/(80-85)%. При благоприятных обстоятельствах жизни без выполнения специальных практик, замедляющих дряхление, это должно происходить примерно через 10-15 лет после достижения точки невозврата, т.е. в возрасте 143-148 лет.

Это – норма, но можно все это замедлить, если заниматься энергетическими и духовными практиками.

На деле людей, у кого так идет жизнь, практически нет.

Комплекты старости начинают работать у людей в среднем с 22 лет. У молодых людей возраста 25-30 лет могут работать комплекты старости для жизненно важных органов и систем организмов с мощностью 50-60% от максимальной, у большинства людей нет правильных эталонов молодости и старения.

У всех людей в возрасте двух лет матрица изымает все эталоны и структуры по старости и заменяет своими, запускающими старение в гораздо более молодом возрасте, чем это должно быть, ускоряющими его и вносящими дисбалансы в работу органов и систем организма.

С 12 лет всё меняют по молодости, а чтобы было незаметно, растягивают эту замену на 6 лет.

В итоге в организмах у людей нет изначальных эталонов молодости и старости, а новые, матричные – неправильные. Это – одна из причин того, что люди рано и быстро стареют.

Комплекты молодости в среднем в действительности работают на 90% мощности лишь в возрастном периоде от 18 до 26 лет, а не до 49 лет, как это должно быть. И они – матричные, они не только неправильные, с неправильными эталонами молодого состояния органов и систем организма, но и нестабильные.

В периоды возникновения болезней в этом возрастном пе-

риоде мощность работы соответствующих комплектов молодости падает до 40%, когда болезнь проходит, она опять поднимается до 90%.

Но работа комплектов молодости–старости – это не единственный показатель старости человека.

Вот перечень основных критериев старости человека:

1. Средний процент мощности комплектов старости-молодости для всех органов и систем организма.

2. Степень деградации энергосистем тел.

3. Процент правильного использования энергий 1-18 в организме человека. Если энергии есть, но используются неправильно, то это – старость.

4. Процент накопленных ошибок ДНК.

5. Процент накопленных нарушений процессов в телах.

6. Деградация и распад картины мира.

Отсюда следует, что если ты не хочешь рано и быстро стареть, тебе нужно:

1. Установить в телах правильные комплекты молодости-старости для всех жизненно важных органов и систем организма.

2. Регулярно заниматься энергетическими практиками, препятствующими деградации или развивающими энергосистемы тел и обеспечивающими правильный энергообмен в организме.

Можно подобрать для себя такие упражнения какой-либо энергетической гимнастики, которые вдобавок к этому гар-

монизируют процессы в телах и устраняют их нарушения. Позитивные изменения при этом происходят медленно и постепенно, но можно достичь заметных результатов, если заниматься такой гимнастикой регулярно, длительно, осознанно и целенаправленно.

3. Устранить накопленные ошибки ДНК и регулярно устранять такие ошибки, которые неизбежно появляются в текущей жизни. Для этого можно установить в телах специальную систему обнаружения и устранения ошибок ДНК.

4. Постоянно работать над собой в направлении расширения картины мира, повышения ее целостности и увеличения ее истинности.

Если человек делает то, что предлагается в п. 2-4 этого перечня, то негативное влияние на него работающих комплектов старости в возрасте старше 77 лет может быть в значительной мере нейтрализовано, и этот человек будет потом в течение многих лет практически так же активен и здоров, как в более молодом возрасте.

У такого человека есть все шансы прожить до 150 лет активной и здоровой жизнью.

Подходит тебе такая перспектива, мой читатель?

А что происходит на деле с большинством людей? Люди живут в 2 раза меньше той длительности жизни, на которую рассчитаны их организмы, причем свои последние лет 10-15 – лишь доживают в состоянии старости и дряхлости. И с большинством людей это происходит по их собственно-

му желанию.

Тут стоит рассмотреть вопрос о молодости и старости с психологической точки зрения.

Что делает огромное большинство людей по собственному желанию или нежеланию противостоять общественному мнению и что-либо менять? Обрекает себя на старение в возрасте старше 40-50 лет, потому что так принято в обществе. Вернее, это общество, точнее, матрица и те, кто ее используют, навязывают нам раннюю старость, потому что так нами легче управлять.

Люди просто поверили, что в возрасте старше 40-50 лет наступает старость, и это реализуется, потому что это выгодно матрице и тем, кто ее используют.

А пенсионному эгрегору вообще невыгодно, чтобы люди доживали до пенсии, и он делает все, что для него возможно, чтобы так и происходило. В разделе 3 есть небольшой текст о влиянии пенсионного эгрегора на людей. Перечитай его и подумай, легко ли человеку выжить и тем более – жить активной и здоровой жизнью после всего, что с ним проделает пенсионный эгрегор?

Да, нам навязывают раннюю старость, но только нам решать, поддаваться этому навязыванию или нет. Неважно, какой у тебя календарный возраст, важно, как ты себя чувствуешь, независимо от возраста. Молодость и старость – это понятия психологические, а не возрастные.

Как проявляется в человеке старость, и как – молодость?

Старость – это плохое настроение, уныние, ворчливость, осуждение, жалобы, безрадостность, отсутствие перспектив, бездеятельность, отвергание нового, консервативность, упадок сил, увядание… И болезни, откуда же взяться здоровью при таких эмоциях и мыслях!

Молодость – это радость, любовь (к себе, к людям, к миру), воодушевление, интерес, занятость, перспективы (не обязательно в карьере, может быть – в самопознании или познании мира), улыбки и смех, сияющие глаза, жажда новых знаний и впечатлений, сила (в первую очередь – разума и духа), энергия, развитие… И здоровье, потому что при таком настрое организму некогда и нет причин болеть!

И каждый человек в возрасте старше 50 (60, 35…) лет сам выбирает, осознанно или неосознанно, каким ему быть – старым или молодым. Так давай будем выбирать осознанно! И для меня этот выбор – молодость!

Если ты захочешь, то сможешь вернуть в тонкие тела все, что изъял из них пенсионный эгрегор, и заменить все то, что подменила матрица (например, комплекты молодости-старости), на то, что работает так, как надо тебе.

Можно вдобавок установить в тела системы усиленного иммунитета, омоложения, ускоренной регенерации, устранения генетических ошибок и другие оздоровительные системы. И тогда ты будешь в 77 лет выглядеть и чувствовать себя, как в 50, а в 50 – как в 28.

А если изменить (в плане продления длительности жизни)

или вообще отменить договор воплощения (о нем подробно – в разделе 7), то ты сможешь прожить столько лет, сколько захочешь. Не веришь? Но может, попробуешь проверить?

Для этого дочитай внимательно книгу до конца, хотя бы первые 2 тома. А потом – поговорим!

О питании

Совсем коротко – о питании физического тела. Об этом очень много написано и в печатных книгах, и в интернете. Здесь мы приводим лишь основные принципы правильного питания, соблюдая которые, можно существенно продлить активную фазу своей жизни.

От природы человеку свойственно быть преимущественно не то что сытым, скорее это состояние «не голодный». Обжорство – от недостатка впечатлений, эмоций и т.п.

Итак, 5 основных принципов правильного питания:

1. Есть только тогда, когда чувствуешь себя голодным. Заканчивать трапезу, когда перестаешь чувствовать себя голодным.

Не являются основаниями для приема пищи или для продолжения трапезы:

– то, что тебе не скоро удастся поесть;

– то, что ты давно (несколько или много часов) не ел (если не чувствуешь себя голодным);

– желание поесть вкусненького;

– то, что все окружающие люди едят и зовут тебя в свою компанию;

– то, что ты в гостях, и тебя желают угостить;

– то, что еда подогрета или недавно приготовлена и скоро остынет;

– то, что еду приготовили специально для тебя;

– желание попробовать новое кушанье;

– стресс или просто плохое настроение;

– то, что сегодня – праздничный (выходной, знаменательный или т.п.) день;

– стремление доесть то, что недоедено, нежелание оставлять что-либо недоеденное на тарелке;

– то, что еда вкусная и хочется продлить удовольствие от вкуса и запаха еды;

– стремление добавить удовольствие от вкусной еды к другим удовольствиям (например, к просмотру кинофильма);

– любое другое основание, кроме состояния, когда чувствуешь себя голодным.

2. **Исключить из рациона продукты, от которых вреда больше, чем пользы**, независимо от того, просит ли это организм. Организм, привыкший к отраве, будет ее и просить – некоторое время, пока не привыкнет к ее отсутствию или пока не очистится от отравы.

Вредные продукты:

– любые кондитерские изделия, выпечка (кроме зернового хлеба);

– любые колбасные или мясные изделия фабричного производства;

– любые изделия, содержащие сою или другие продукты с ГМО;

– то, что содержит искусственные добавки (красители и

проч.);

– мясные или рыбные копчености, вяленая или соленая рыба;

– мясные, куриные и т.п. бульоны первого отвара из мяса птицы или другого животного, которое считается домашним (в первые 15-20 минут в бульон выходит большая часть вредного, что содержится в мясе – антибиотики, искусственные компоненты кормов и проч., этот бульон всегда надо сливать);

– поджаренные корочки любой жареной пищи (картошки, рыбы, мяса или др.);

– фрукты и овощи, выращенные китайцами в России;

– фрукты и овощи, привезенные из других стран, особенно – из далеких;

– приготовленная еда, простоявшая в холодильнике дольше 2-х суток;

– подгнившие овощи, фрукты или зелень;

– любые алкогольные напитки;

– любые сладкие напитки фабричного производства;

– любые полуфабрикаты;

– любые консервы фабричного производства;

– чипсы и т.п. фабричная продукция «из пакетиков»;

– пища, приготовленная или разогретая в обстановке загрязнений, которые она на себя берет, в том числе электромагнитных и эмоциональных.

Электромагнитные поля нарушают естественную энерге-

тику пищи и лишают ее полезных свойств. Для приготовления или подогрева пищи лучше использовать духовку, чем микроволновку. И следует исключить включение на кухне компьютера, смартфона или других гаджетов, когда там готовится или подогревается еда, или когда ты там ешь.

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.