



**Тайны подсознания**  
Синельников

**Published:** 2010

**Categories(s):**

**Tag(s):** Научная литература

**Валерий Владимирович Синельников**

**Возлюби болезнь свою. Как стать здоровым, познав радость жизни**

*«Возлюби болезнь свою. Как стать здоровым, познав радость жизни»:  
Центрполиграф; М.; 2007  
ISBN 978-5-9524-2681-8*

## **Аннотация**

Валерий Синельников – известный практикующий психотерапевт, психолог, гомеопат, автор уникальных по простоте и эффективности целительных психологических методик, которые помогли тысячам людей вернуть здоровье, повысить благосостояние, познать радость жизни. Из его книги вы узнаете, как научиться использовать силы своего подсознания для того, чтобы простить и избавиться от чувства вины, справиться с депрессией и изгнать ревность, излечиться от множества заболеваний и стать удачливым.

Книга обладает целительной силой, и позитивное воздействие начинается с того момента, как только вы возьмете ее в руки.

**Валерий Синельников**

**Возлюби болезнь свою. Как стать здоровым, познав радость жизни**

## **ПОСВЯЩЕНИЕ**

Эту книгу я посвящаю моим родителям: Синельниковом – Владимиру Ивановичу и Валентине Емельяновне и родителям моей жены: Корбаковым – Анатолию Алексеевичу и Лидии Степановне. Вы дали нам в нашей жизни все, что нужно, и даже больше... Мы любим вас.

## **БЛАГОДАРНОСТИ**

Я хочу выразить свою благодарность всем тем, кто помог мне в написании этой книги. Это прежде всего мои пациенты. Я благодарю их за доверие. Вместе с ними я менялся сам. Они предоставили мне обширный материал для исследования. Без них этой книги не было бы.

Особую благодарность я хочу выразить моей жене Людмиле. За ее любовь и смирение. За помощь в написании книги. За ее уникальные способности распознавать скрытые, подсознательные причины болезней.

Хочу выразить также признательность Анатолию Олейникову и Антону Шинкаренко, Юрию Лаптеву и Олегу Иванову за их неоценимую помощь в подготовке книги к печати.

## **КНИГА ПЕРВАЯ**

### **Предисловие**

Уважаемый читатель! Эта книга – результат моих исследований, которые я начал, будучи еще студентом медицинского института. Она познакомит вас с глубинными причинами заболеваний человеческого организма, поможет выявлять причины самостоятельно и добиваться исцеления зачастую без лекарств, а также предупреждать болезни.

В институте меня, как будущего врача, учили: чтобы вылечить больного, нужно найти причину заболевания и устранить ее. Однако за все шесть лет учебы в институте и за два года прохождения интернатуры мне так и не сообщили причины возникновения болезней. Я понял, что официальная медицина их просто не знает. Она их ищет. Причем ищет уже давно. Но еще не нашла. Получается парадокс! С одной стороны, для того, чтобы вылечить больного, нужно знать причины возникновения болезни и устранить их, а с другой стороны – медицине они не известны. Выходит, что официальная медицина не устраняет болезни. Она просто облегчает страдания больного.

Но я желал знать эти причины. Я шел в своем познании по тому пути, которого уже много столетий придерживается официальная медицина. В дальнейшем я обнаружил, что положение с лечением больных в современной медицине за много веков мало изменилось и даже в какой-то степени ухудшилось. Я начал понимать, что официальная медицина ищет явно не там. Неверен сам подход к больному и к болезни. Если в больнице лечат язву желудка, а она через некоторое время возвращается вновь, значит, самое болезнь лишь приглушили на некоторое время. Если после действия гормональной мази сыпь исчезает, а затем снова появляется, то и это не лечение. А сколько так называемых «неизлечимых» болезней (рак, псориаз и диабет, ишемическая болезнь сердца, склероз, эпилепсия и др.)?

Я стал искать другие пути. Увлёкся травами, собирал народные рецепты, заговоры от болезней, работал некоторое время с известным народным целителем. Интересовался действием биополя. Но и это до конца меня не удовлетворяло. Я чувствовал, что во всем этом не хватает главного. Должна быть какая-то общая модель, которая объединяла бы в себе все уже существующие методы воздействия на человека и болезнь. В то время я стал изучать гомеопатию и уже сразу после окончания института начал работать как врач-гомеопат.

Гомеопатия заинтересовала меня как личностная медицина. Одним из своих принципов она провозглашала не подавление болезни, а восстановление в организме динамического равновесия. У гомеопатии свой индивидуальный уникальный подход и к болезни, и к самому больному. Кроме того, все лекарства готовятся из природного сырья (травы, минералы, яды, насекомые, выделения животных, продукты болезней человека). Способ приготовления и применения гомеопатических препаратов исключает возникновение вредных побочных последствий или привыкания. Самуил Ганеман, основатель гомеопатического метода, опередил свое время на два столетия.

Работая гомеопатом, я радовался успехам в лечении болезней и восхищался гомеопатической моделью. Мне было приятно, что я могу вылечить те болезни, с которыми официальная медицина не может справиться. Но были и неудачи. Тогда я стал более внимательно следить за поведением больных и начал понимать, что иногда болезни для людей выполняют какие-то функции. В некоторых случаях эти функции были очевидны, в других – скрыты. Я стал изучать психологию и психотерапию, освоил гипноз и занялся исследованием подсознания человека, очень осторожно, соблюдая заповедь – «Не навреди!».

Постепенно я стал осознавать, что причины болезней скрыты не вовне человека, а внутри него. Каждый человек сам создает себе болезнь. Сотни и сотни раз я просматривал разные случаи из своей практики, и каждый раз убеждался, что такие внешние факторы, как питание, инфекция, погодные условия, создают всего лишь фон для развития болезни. Есть нечто более глубокое внутри человека, что определяет развитие того или иного заболевания. И не важно, болезнь ли это души или тела.

К тому времени появились книги Р. Бэндлера и Д. Гриндера о нейролингвистическом программировании и эриксоновском гипнозе, которые подтвердили мои догадки и снабдили меня конкретными инструментами для более успешного исследования и лечения больных. Также сильное воздействие на меня оказали книги Луизы Хей, С. Грофа, С. Лазарева, В. Жика-ренцева, Г. Шаталовой, К. Кастанеды; книги по дзен-буддизму, суфизму, йоге, даосизму.

В моем сознании стала вырисовываться некая модель. Я назвал ее «Библейская модель человеческого сознания и подсознательное программирование». Почему библейская? Потому что она основана на известных и старых как мир законах. Почему программирование? Наверное, потому, что с самого детства наши мозги, наш подсознательный разум программируются на определенное видение и делание окружающего мира. И потом мы живем по этим программам, создавая себе массу боли и проблем. И мы хотим это изменить, но не знаем как.

Я начал проверять действие моей модели на самом себе. Эффект был поразительный! В моей жизни стали происходить удивительные перемены. Они касались как моего здоровья, так и вообще всех сфер моей личной жизни. Я стал чувствовать себя превосходно: как никогда, здоровым и выносливым. Само восприятие окружающего мира стало качественно другим. Да и просто стало интересно жить.

Я стал использовать принципы модели в работе с моими пациентами. Результаты были удивительные. Модель работала прекрасно. Те, кто овладевал этой моделью, избавлялись от любых болезней, включая и так называемые «неизлечимые». Но в своей работе я столкнулся с одной проблемой. Как донести до сознания человека свой опыт и свои знания? Я понял, что каждый человек индивидуален, и пытаться навязать ему, с его устоявшимися взглядами на мир, свои принципы – бесполезно, да и не нужно. Да, моя модель действительно проста, но для того, чтобы донести ее до каждого, мне нужно постоянно совершенствоваться. Именно поэтому я решил написать серию книг о тайнах подсознания и таким образом попытаться донести до читателей свои знания и умения.

Итак, используя накопленные данные, я разработал новую интересную модель для лечения больных. Ни в коем случае не считайте это очередным методом лечения. Это просто новый подход к человеку, к его жизни и к такой сущности, как болезнь. Сама модель содержит много методик. Одна из них – метод подсознательного программирования, с помощью которого я помог уже нескольким тысячам больных людей вылечиться, стать счастливее. Позднее я стал использовать эту модель для нормализации различных сфер жизни: работа, семья, отношения, финансы.

Хочу подчеркнуть, что мой метод – не панацея и не истина. Это лишь набор инструментов для успешного решения разных проблем. Этой моделью может овладеть и пользоваться каждый. Если вы стоите перед выбором, какой метод использовать для лечения, или уже испробовали много методов, но не получили желаемых результатов – воспользуйтесь данной моделью и методом подсознательного программирования.

Три года прошло с тех пор, как увидело свет первое издание книги «Возлюби болезнь свою». За это время я получил много писем от своих читателей из разных уголков мира.

Я очень им благодарен за понимание и поддержку моих идей. И мне было очень приятно узнать, что для многих моя книга стала настольной.

Но самое интересное то, что большинство писем пришло с благодарностями за исцеление. То есть многие люди, прочитав мою книгу, избавились от своих недугов, решили некоторые проблемы личной жизни.

Получается, что мои читатели проходят как бы заочное лечение. А моя книга – верный помощник для них. Я думаю, это стало

возможным потому, что при написании книги я вложил в нее не только уникальные знания, но также душу и сердце. Эта книга обладает исцеляющей силой, так как все мы связаны между собой невидимыми нитями сопричастности и являемся клеточками единого организма. Эта книга написана для вас, дорогие мои люди. Через нее я прихожу в ваш дом, в ваше сердце.

Вот что написала мне одна из моих читательниц:

Уважаемый Валерий Владимирович! Я считаю, что второй день моего рождения – это день, когда подруга дала почитать вашу книгу. Эта книга перевернула всю мою жизнь. Поставила с головы на ноги. Я не только избавилась от букета болезней, но и наладила личную жизнь. Вообще появился смысл жизни. Стало интересно жить.

И представьте, какое было мое состояние, когда подруга попросила книгу обратно. Я буквально вцепилась в нее.

– Ты что? – удивилась подруга. – Мне книга тоже нужна. Она у меня настольная. А ты напиши доктору письмо, и он тебе вышлет свои книги.

Вот прошу вас, Валерий Владимирович, выслать мне книгу в двух экземплярах: один для себя, а другой отошлю моим родителям.

Иногда читатели очень подробно описывают мою внешность, хотя никогда до этого меня не видели. И говорят, что в трудные минуты жизни я даю им подсказки в решении проблем. А к некоторым (это было неожиданно для меня самого) прихожу во сне и провожу сеансы.

Валерий Владимирович! Сегодня ночью я видела удивительный сон. Вы пришли ко мне и стали меня лечить. Что вы говорили мне, я не запомнила. Но помню, что вы делали какой-то сложный гинекологический массаж и читали молитву на каком-то древнем языке. А наутро я с удивлением и, конечно, с радостью обнаружила, что боли внизу живота, которые мучили меня годами, совершенно исчезли...

Прошло уже полгода с момента этого загадочного сеанса. С тех пор чувствую себя во время месячных очень хорошо и комфортно. За это время совершенно изменились отношения в семье. Стало больше любви и понимания.

Мой муж тоже прочитал вашу книгу «Возлюби болезнь свою», а потом «Сила намерения». После этого его дела в бизнесе пошли очень хорошо. Спасибо вам! И ждем с нетерпением ваши следующие книги.

А вот еще пример необычного исцеления с помощью книги.

Уважаемый Валерий Владимирович! На протяжении нескольких лет я страдал от хронических болей в пояснице и левой ноге. Испробовал много средств как официальной медицины, так и народной. Много перечитал книг, но все безуспешно. И поэтому, когда моя жена принесла Вашу книгу и попросила, чтобы я ее прочитал, то я разозлился на нее.

– Читай сама, – буркнул я ей.

А потом прочитал название книги и добавил:

– Я должен любить свою болезнь? Еще чего! Да она мне жить не дает!

Жена попыталась что-то объяснить, но я не захотел даже ее слушать.

В тот день я очень мучился от сильных болей в ноге. Жена позвала ужинать. Я пришел на кухню и сел за стол. Поужинали. Попили чай. Я собрался вставать из-за стола и, к удивлению, обнаружил, что боли в ноге прошли.

«Странно, – подумал я, – раньше боли к вечеру становились только сильнее».

А когда встал, то обнаружил, что на стуле подо мной лежит Ваша книга. Оказывается, жена положила и забыла. Я был, обескуражен. Неужели книга?!

У меня два высших образования, и я не верил в подобные штучки. Поэтому мой мозг тут же попытался придумать какое-то логическое объяснение. Но ничего путного не вышло. Я решил, что это случайность, а потому не стоит обращать внимание.

А на следующий день заныло сердце.

«Вот прекрасный момент для проверки», – подумал я.

Я взял книгу и приложил ее к сердцу. Через несколько минут боль прошла.

«Интересно, – подумал я, – может, стоит почитать этого Синельникова».

Я открыл книгу и стал читать. С первых же страниц она увлекла меня чрезвычайно. У меня есть привычка делать пометки на полях. Так сейчас книга вся исчеркана вдоль и поперек. Как хочется встретиться с Вами лично, и поговорить, и поспорить.

Подводя итог, хочу сказать, что, изучив книгу, я осознал причины своей болезни и избавился от нее полностью. Теперь нет необходимости прикладывать книгу к больным местам. А сейчас даже помогаю жене разобраться с ее болячками. Хотя она первая прочитала книгу

и предложила ее мне. Очень нужная книга. Если бы все жили по этой модели, то мир был бы другим.

Описывают также случаи, когда с помощью моей книги заряжали воду, и такая вода исцеляла людей от тяжелых недугов.

Я привел эти примеры не для того, чтобы вы тут же начали прикладывать книгу к больным местам или ставить на нее стакан с водой. Человеку нужна вера, но не слепая, а с осознанием своей сопричастности к великому делу сотворения. Поэтому сначала прочитайте книгу, поразмышляйте о жизни и о своем месте в этом мире. Задумайтесь.

Я уверен, что уже во время чтения книги в вашей жизни начнут происходить долгожданные перемены.

Успехов вам!

## **Как работать с книгой**

Не пытайтесь читать эту книгу как роман. Это скорее пособие, с которым необходимо работать. Поэтому, прочитав ее один раз, перечитайте снова и снова. И каждый раз проверяйте новые знания на практике. Это должно быть похоже на обучение вождению автомобиля. Сначала вы изучаете теорию, а затем садитесь за руль и пробуете. Те, кто уже когда-то пробовал водить машину, научатся быстро, другим понадобится время и практика. Некоторым читателям определенные идеи книги покажутся знакомыми, и они смогут овладеть всей моделью быстрее. Другим, для кого книга станет открытием, придется приложить усилия и затратить время. В любом случае то, что описано в этой книге, стоит изучить и использовать в своей жизни.

Эта книга – первая из серии книг о тайнах подсознания и представляет собой описание очень эффективной модели для решения различных проблем. Ее можно использовать не только для лечения широкого круга заболеваний, но и для нормализации таких сфер личной жизни, как работа, отношения, семья, деньги. Эта модель проста и доступна каждому, кто захочет ею овладеть. Но только хочу сразу вас предостеречь. Не цепляйтесь за эту модель как за панацею от всех бед и несчастий. Пусть это будет всего лишь одна из ступенек на вашем Пути Знания. Овладейте этим методом. Используйте его в своей жизни. И когда вы поймете, что владеете им в совершенстве, начните искать что-то новое для себя.

В главе 1 я дал общее представление о том, как человек воспринимает и создает окружающий мир, какое место в его жизни занимает сознательное восприятие и подсознательное, какие законы действуют во Вселенной. Чем глубже вы поймете эту информацию, тем легче и быстрее освоите весь метод. После того как вы прочтете всю книгу целиком, снова вернитесь к этой главе.

Дойдя до того места в книге, где описывается, как вступить в контакт с подсознанием, сбавьте темп. Попробуйте проделать все это.

В главе 2 дано описание того, как люди создают себе болезни. Остановитесь на этой главе тоже и задумайтесь.

В главе 3 дано позитивное представление о тех разрушительных силах Вселенной, которые испокон веку считались дьявольскими и которые люди используют для создания болезней и проблем в личной жизни. После прочтения этой главы составьте список своих разрушительных мыслей и эмоций.

Читайте главу 4 очень внимательно. В ней описан конкретный план-схема метода. Но для того, чтобы овладеть самим методом, необходима практика. Примеры из моей врачебной деятельности помогут вам в этом. Пробуйте, тренируйтесь. Все в ваших руках. У вас для излечения есть все необходимое.

Во второй книге содержится список болезней и перечень возможных причин их возникновения. Она поможет вам отыскать причины своих страданий и устранить их с помощью метода подсознательного программирования.

В книге мне постоянно приходится использовать такие слова, как Бог, Вселенная, Высший Разум, Реальность, Сила, Действительность, Мир. Все это разные названия одного и того же – некой таинственной и загадочной Силы, которая господствует во Вселенной и существует в каждом из нас. Если вы человек религиозный, то можете пользоваться термином «Бог». Но прежде подумайте, какой образ стоит у вас за этим словом. Может быть, детское представление – мудрый бородатый старец, который сидит на облаке и грозит пальцем. Помните, что это всего лишь ваш образ. Если вы атеист, то, я думаю, вам больше подойдет такое понятие, как Сила, Энергия или Реальность. В общем, подойдет любое представление о едином и разумном начале Вселенной. Если вас не устроят какие-то из этих названий, то подберите свое слово, которое лучше всего отразит ваше представление о себе и об окружающем мире.

Хочу еще раз подчеркнуть – не воспринимайте книгу как истину. Если вы не согласитесь с какой-то моей мыслью, то поставьте на

полях знак вопроса и продолжайте читать дальше. Относитесь к описываемому методу как к модели, как к набору инструментов для помощи самому себе. Ведь никто лучше вас самих не сможет разобраться в ваших проблемах.

## Глава 1. НЕРЕАЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

Теорема Джона Белла поставила физиков перед неприятной дилеммой: либо мир не является объективно реальным, либо в нем действуют сверхсветовые связи. Теорема Белла доказала глубокую истину, что Вселенная лишена всякой фундаментальной закономерности, либо фундаментально нераздельна.

С. Гроф. За пределами мозга

За последние десятилетия ученые пришли к убеждению, что Вселенная представляет собой некий вид непостижимой чистой энергии, обладающей собственным осознанием. В христианстве это называют Богом (под разными именами), в мусульманском мире – Аллахом, на Востоке – Истиной. Ученые называют это физическим вакуумом. Есть и другие названия. Но как бы ни называли ЭТО НЕЧТО – это просто разные метафоры, разные способы говорить об одном и том же. Этот источник всего сущего, эта Сила, объединяет всех и все в этом мире и является основой жизни. Магам и колдунам было известно, а сейчас об этом уже знает официальная наука, что эта загадочная энергия поддается воздействию намерений человека. То есть само наше ожидание чего-либо начинает воздействовать на другие энергетические системы и выстраивать события в соответствии с нашим ожиданием. Следовательно, тот самый первоисточник всего сущего, та самая Сила, которая творит нашу судьбу, находится в нас самих.

Но ведь это было известно с глубокой древности. Например, в Библии сказано: «Не ищите Царствия Божия ни на небесах, ни на земле райской, оно внутри каждого из нас». А надпись на знаменитом храме, существующая уже несколько столетий, гласит: «Познай самого себя». И в дзен-буддизме есть прекрасное изречение: «Если человек ищет истину вокруг себя, то он топчет ногами то, что ищет».

Так почему же человек остается глух и к мудрости древних, и к выводам современных ученых? Как получается, что, сталкиваясь с одним и тем же Миром, разные люди воспринимают его столь

различными способами? А причина опять же в самом человеке. В его отношении к тому, что он воспринимает. Получается, что, имея дело с невообразимой, богатой и сложной Реальностью, люди приходят к созданию убогой модели мира, которая причиняет им боль и страдание.

Давайте рассмотрим классический психологический эксперимент Постмена и Брунера, который удивительно просто отражает природу сознания[1].

В этом эксперименте испытуемые должны были различать обычные игральные карты, среди которых были и так называемые аномальные, например красная шестерка пик или черная четверка червей. В каждом отдельном эксперименте одна и та же карта предъявлялась одному и тому же испытуемому несколько раз в течение интервала времени, длительность которого постепенно увеличивалась. После каждого предъявления у испытуемого спрашивали, что он видел. Эксперимент считался законченным после двух правильных отгадываний, следующих одно за другим. Даже при самом кратковременном предъявлении большинство испытуемых правильно различали большинство карт. Нормальные карты, как правило, различались правильно. Что же касается аномальных карт, то они почти всегда без видимых колебаний воспринимались как нормальные. Черную четверку червей могли принять, например, за четверку либо пик, либо червей. Совершенно не осознавая различий, ее относили к одной из известных категорий, подготовленных предыдущим опытом.

Трудно было даже утверждать, что испытуемые видели нечто отличное от того, за что они принимали видимое. По мере увеличения длительности предъявления аномальных карт испытуемые начинали колебаться, выдавая тем самым осознание аномалии. При предъявлении им, например, красной шестерки пик они обычно говорили: «Это шестерка пик, но что-то в ней не так – у черного изображения края красные». При дальнейшем увеличении времени предъявления колебания и замешательство испытуемых начинали возрастать до тех пор, пока, наконец, совершенно внезапно несколько испытуемых без всяких колебаний не начинали правильно называть аномальные карты. Более того, сумев сделать это с тремя-четырьмя аномальными картами, они без труда начинали справляться и с другими картами. Небольшому числу испытуемых, однако, так и не удалось осуществить требуемую адаптацию используемых ими категорий. Даже тогда, когда аномальные карты предъявлялись им в течение очень

длительного промежутка времени, более 10 процентов аномальных карт так и остались неопознанными. Именно у этих испытуемых, не сумевших справиться с поставленной перед ними задачей, существовали значительные трудности личностного характера. Один из них в ходе эксперимента отчаянно воскликнул: «Я не могу разобрать, что это такое! Оно даже не похоже на карту. Я не знаю, какого оно цвета, и непонятно, то ли это пики, то ли черви. Я сейчас не уверен, как выглядят пики. Боже мой!»

Изучая сознание и подсознание человека, я пришел к убеждению, что люди общаются с окружающей реальностью, по крайней мере, на двух уровнях: сознательном и подсознательном. И каждый из нас сознательно имеет дело не непосредственно с МИРОМ, а с некоторой моделью МИРА. В то время как подсознание воспринимает Реальность таковой, какая она есть.

Наш подсознательный разум – великий иллюзионист, который по соответствующим правилам выстраивает перед нами великую иллюзию. Он создает наш мир (точнее – мирок), защищает нас от хаоса Вселенной, отбирая для нашего восприятия только то, что считает нужным и безопасным. Но, выполняя созидательную и защитную функции, он непроизвольно превратился для многих в тюремщика. Ведь именно наш разум не позволяет нам выйти за границы сотворенного мира. Он постоянно придумывает разные ухищрения, часто используя страх, чтобы убедить нас в том, что та иллюзия, которую он нам преподносит, и есть сама РЕАЛЬНОСТЬ.

В один из крупных столичных зоопарков привезли белого медведя. Вольер для него еще не был готов, и, пока он строился, медведь находился в небольшой клетке. В течение нескольких месяцев он ходил по клетке, делая три шага в одну сторону и три шага в другую... Когда все было готово, решетку убрали, но медведь по-прежнему делал три шага в одну сторону и три шага в другую.

На Земле нет и двух людей, чьи отпечатки пальцев совпадали бы полностью. Также нет и двух людей, жизненный опыт которых полностью повторялся бы. Даже жизнь однояйцевых близнецов в чем-то различается.

Другими словами, каждый человек живет в своем мире и создает свой уникальный мир. Каждый из нас с самого рождения под воздействием родителей, взрослых, учителей, окружающей среды конструирует свою реальность, свой мир. Если у вас есть дети, то вспомните, как вы навязывали им свое описание мира, объясняли им, что плохо,

а что – хорошо, что можно делать, а чего нельзя. То же самое делали с ними бабушки и дедушки, учителя и другие взрослые.

В итоге ваш ребенок сформировал свое ОПИСАНИЕ МИРА, которое в чем-то похоже, а в чем-то и отличается от вашего. И ваши родители поступали с вами так же. И все люди вовлечены в этот процесс. И нельзя сказать, хорошо это или плохо, что нас с детства учили воспринимать РЕАЛЬНОСТЬ каким-то особым, «человеческим» способом. Этот процесс просто необходим в силу того, что, вовлекаясь в него, мы чувствуем себя спокойнее. Но мы настолько увлекаемся этим занятием, что забываем одну очевидную истину: между самой РЕАЛЬНОСТЬЮ и нашим миром существует огромная разница.

Мы с детства создаем модель МИРА, модель РЕАЛЬНОСТИ, в которой живем всю свою жизнь, пытаюсь эту модель как-то улучшить. И нет плохих или хороших моделей. Вопрос в том, насколько модель жизнеспособна и полезна. С одной стороны, наша модель помогает нам пользоваться всеми благами, которые накопила человеческая цивилизация за множество веков, а с другой – создает ограничения, укрепляя в нас веру в то, что наша далеко не совершенная модель и есть сама Реальность. И этот самообман уводит нас далеко от ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТИ и порождает состояние неудовлетворенности.

Есть один парадокс: ведь мы действительно живем в РЕАЛЬНОСТИ и подсознательно воспринимаем ее таковой, какая она есть, – как нечто прекрасное, непостижимое, непознаваемое, но осознаем всего лишь модель этой Реальности, на создание которой тратим всю нашу жизнь и энергию. Показать это можно множеством способов. Но сначала сделаем некоторые выводы.

Итак:

- 1) Вселенная (Реальность, Действительность, Бог, Мир) представляет собой непостижимую силу, энергию, обладающую осознанием;
- 2) человеческое осознание есть всего лишь часть Вселенского, Божественного осознания;
- 3) мир непостижим и загадочен, и человек должен относиться к миру и к себе как к загадке;
- 4) наш подсознательный разум создает модель мира, в котором живет наше сознание. Другими словами, наше сознание находится в роли наблюдателя и оценщика тех событий, которые нам предоставляет наш подсознательный разум.

## СКОЛЬКО ЛЮДЕЙ – СТОЛЬКО МИРОВ, И ДАЖЕ БОЛЬШЕ...

Мир – это тайна. И то, что ты видишь перед собой в данный момент, – еще далеко не все, что здесь есть. В мире есть еще столько всего...

Он воистину бесконечен в каждой своей точке. Поэтому попытки что-то для себя прояснить – это на самом деле всего лишь попытки сделать какой-то аспект мира чем-то знакомым, привычным. Мы с тобой находимся здесь, в мире, который ты называешь реальным, только потому, что оба мы его знаем.

Ты не знаешь мира силы, и поэтому не способен превратить его в знакомую картину.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Как я уже говорил, мы воспринимаем Реальность на двух уровнях: подсознательном и сознательном. Подсознательно мы все связаны с Вселенной, Реальностью, и в нашем подсознании содержится информация о любом событии, которое происходит во Вселенной.

Таким образом, действительным творцом нашего мира, нашей реальности является наш подсознательный разум, связанный с неопи-сываемыми силами Вселенной, с Богом, а наше сознание находится в роли наблюдателя и рецензента уже произошедших мгновение назад событий. Сознание всегда отстаёт от нашего подсознательного разума всего на одно мгновение. Но именно этот механизм позволяет человеку быть творцом, волшебником. Как говорил Ницше: «Все мы являемся большими художниками, чем можем себе представить».

Каждое мгновение на нас, как на человеческих существ, обрушивается огромный поток информации. И наш подсознательный разум выбирает из общего потока и преподносит нам, нашему сознанию, именно ту информацию, которая вписывается в нашу подсознательную программу и затем реализуется в нашу модель Вселенной. Что-то он искажает, что-то обобщает, а некоторые вещи просто опускает.

Вот еще один психологический эксперимент.

Два актера врываются на лекцию по психологии. Один из них в дверях делает резкий выпад рукой в сторону другого. Второй падает на пол. В руках первого актера банан. Но после опроса почти все студенты «видят» в руках нападавшего нож.

Такое искажение восприятия происходит потому, что у нас в подсознании записано, что резкий выпад человека подразумевает нож. Ведь никто не вонзит банан.

Подсознательный разум пропускает информацию через своеобразные программы-фильтры: нейрофизиологический, социальный и личностный. Нашему сознанию достается лишь маленькая струйка из общего потока. В итоге между тем, что происходит в МИРЕ на самом деле, и тем, что представляет собой наш опыт этого МИРА (т. е. наша модель мира), существует большая разница.

Давайте рассмотрим каждый такой фильтр.

#### Нейрофизиологический фильтр

Это зрение, слух, осязание, обоняние и вкус – пять общеизвестных сенсорных каналов, с помощью которых мы преобразуем информацию в мире физических явлений. Например, известно, что человеческое ухо воспринимает звуковые волны, частота колебаний которых лежит в диапазоне от 20 до 20 000 в секунду. Звуковые волны, частота колебаний которых лежит за этими пределами, человеческим ухом не воспринимаются. Хотя многие животные воспринимают инфра- и ультразвук. Нельзя сказать, что мы вообще не воспринимаем другие частоты. Ведь доказано благоприятное или пагубное воздействие на человека ультра- и инфразвука. Будет более правильно сказать, что сознательно человек не воспринимает волны, лежащие за физиологическими границами.

Человеческое зрение способно улавливать волны, располагающиеся в интервале от 380 до 680 миллимикрон. Волны, отклоняющиеся от данных величин в большую или меньшую сторону, сознательно человеческим глазом не воспринимаются.

Человеческая чувствительность к прикосновению также имеет границы; кроме того, чувствительность зависит от места контакта.

Хочу подчеркнуть, что человек имеет только сознательные границы восприятия. Эти границы обусловлены теми органами чувств, которые он использует в повседневной жизни. Подсознательно же возможности восприятия и познания окружающего мира безграничны.

Уже многим известны исследования В.М. Бронникова. Он работает со слепыми детьми и возвращает им способность видеть, но не

глазами, а «мозгом». То есть за короткое время, буквально за двадцать дней, он открывает у них другие каналы восприятия, которые у людей в обычных условиях не используются. Он обучает не только больных детей, но и совершенно здоровых. То, что творит этот человек и его ученики – удивительно! Дети с черными повязками на глазах читают любой текст, играют в шахматы, катаются на велосипеде, свободно передвигаются. При этом у них раскрываются многие другие способности.

Я считаю, что человек не просто воспринимает физический мир своими органами чувств, а преобразует непостижимую энергию Реальности, Чистую Энергию во что-то знакомое. То есть создает этот мир материальных вещей.

Этот первый фильтр дан нам при рождении и представляет собой филогенетическую программу восприятия и создания физического мира. Этот фильтр объединяет нас, человеческих существ, как членов особого вида.

#### Социальный фильтр

Социальный фильтр – это совокупность факторов, которые объединяют людей в определенные социальные группы: язык, национальность, обычаи, обряды, история народа и государства и другие.

Социальные предписания помогают нам использовать весь накопленный опыт той социальной группы, к которой мы принадлежим. Но и создают ограничения: нам будет тяжело понять человека из другой социальной группы.

Как показывает опыт, социальные ограничения легко преодолимы. Об этом свидетельствует наша способность разговаривать на нескольких языках.

#### Индивидуальный фильтр

Этот фильтр формируется постепенно, по мере развития и становления человеческой индивидуальности, т. е. с момента нашего рождения. Это наши мысли, эмоции, черты характера, привычки, интересы, симпатии и антипатии, способы поведения, реакции на те

или иные события, отношение к себе, близким нам людям, к людям вообще и ко многим вещам в этом Мире.

Наши переживания складываются в уникальную личностную историю. Они определяют нашу жизнь. Индивидуальные предписания – это именно тот аспект подсознательной программы, с которым нам и предстоит работать в первую очередь.

Как видно на схеме, нейрофизиологический аппарат, социальные и личностные предписания в совокупности и являются той самой подсознательной программой, с помощью которой создается уникальная реальность каждого человеческого существа. Причем самой доступной частью этой программы, которую легко можно изменить, является наша личностная история с ее индивидуальными предписаниями.

Итак:

- 1) мы сами создаем тот мир, в котором мы живем;
- 2) мы должны взять на себя ответственность за свой мир;
- 3) между самой РЕАЛЬНОСТЬЮ и нашим миром (описанием Реальности) неизбежно существует большая разница;
- 4) модели МИРА, создаваемые каждым из нас, отличаются друг от друга. Иными словами, каждый человек живет в своем мире, отличном от любого другого;
- 5) мы сами создаем мир, в котором живем (мы создаем модель МИРА, модель РЕАЛЬНОСТИ). Мы сами создаем наши болезни, ситуации с людьми, с работой, с деньгами и многое другое. А раз мы сами создаем свой мир, то, следовательно, мы можем его изменить.

Другими словами, если нас не устраивает что-то в нашей жизни, то мы можем изменить нашу жизнь, выявляя и устраняя причины той или иной проблемы и создавая что-то новое; можем начать жить более полно и радостно (именно о том, как это сделать, пойдет речь в этой и следующих книгах).

## ПОДСОЗНАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

Когда я учился «траве дьявола», я был слишком жаден и нетерпелив.

Я хватался за вещи, как дети хватаются за сладости. «Трава дьявола» – это лишь один из миллиона путей. Да и все, что угодно – лишь один путь из миллиона. Поэтому ты всегда должен помнить, что

путь – это только путь; если ты чувствуешь, что он не по тебе, то должен оставить его любой ценой.

Чтобы обладать такой ясностью, ты должен вести дисциплинированную жизнь.

Только при этом условии ты будешь знать, что любой путь – это всего лишь путь, и ничто не мешает ни тебе самому, ни кому угодно оставить его, если это велит тебе твое сердце. Но предупреждаю: твое решение должно быть свободно от страха или честолюбия. Смотри на любой путь прямо и без колебания.

Испытай его столько раз, сколько найдешь нужным. Затем задай себе, и только себе самому, один вопрос. Этот вопрос задают лишь очень старые люди. Мой бенефактор задал мне его однажды, когда я был молод, но понять его мне тогда помешала слишком горячая кровь. Теперь я его понимаю.

Я задам этот вопрос тебе: имеет ли твой путь сердце? Все пути одинаковы: они ведут в никуда. Они ведут через кусты или в кусты. Я могу сказать, что в своей жизни прошел длинные-длинные пути, но я не нахожусь нигде.

Таков смысл вопроса, который задал мой бенефактор. Есть ли у этого пути сердце?

Если есть, то это хороший путь; если нет, то от него никакого толку.

Оба пути ведут в никуда, но у одного есть сердце, а у другого – нет.

Один путь делает путешествие по нему радостным: сколько ни странствовать, ты и твой путь нераздельны. Другой путь заставит тебя проклинать свою жизнь.

Один путь дает тебе силы, другой – уничтожает тебя.

К. Кастанеда. Учение дона Хуана

Так как же создается эта программа, и кто ее создает, и какие функции она выполняет?

Программист, создавая программу, должен прежде всего определить функции, которые она будет выполнять, а затем выбрать язык (специфический набор символов и знаков), с помощью которого эта программа будет записана. Еще должно быть энергетическое устройство, которое будет реализовывать данную программу. В нашем случае таким устройством является человек – существо уникальное, поскольку может сам себя программировать.

Когда ребенок появляется в этом мире, он уже имеет в подсознании первый элемент программы – нейрофизиологический аппарат, с помощью которого он готов воспринимать Действительность.

Второй элемент программы – социальный – определяется местом рождения ребёнка (семья, страна).

Первые два элемента программы, 'То есть место' и время появления человека, определяются глубокими судьбоносными структурами подсознания.

Третий элемент – индивидуальный – формируется постепенно, в процессе обучения.

Грудные дети зрительно воспринимают окружающий мир в виде невообразимого набора цветowych пятен разного размера и интенсивности и энергетических потоков. Дети имеют множество вариантов движения рук, ног, головы и туловища относительно друг друга. По взрослые обучают ребенка с самого момента рождения воспринимать и понимать окружающий мир строго определенным образом (в соответствии со своими собственными программами). Сначала ребенок учится управлять телом, затем начинает познавать мир с помощью языка. При этом взрослые постоянно описывают своему малышу окружающее. Это становится непрерывным процессом общения ребенка и взрослых. И незаметно для самого себя ребенок присваивает себе это описание МИРА. И в дальнейшем человек ведет непрерывающийся внутренний диалог, который поддерживает описание МИРА. Внутренний, подсознательный диалог у обычного человека в обычных условиях не прекращается ни на минуту. Содержание этого диалога есть не что иное, как перечень всего, с чем человек сталкивается в повседневной жизни. Он не может быть плохим или хорошим. Это просто список, помогающий удерживать привычный мир в его неизменности и устойчивости. Ведь тогда мы чувствуем себя более или менее спокойно.

Вот она, самая великая ложь!

Мы с детства учимся принимать описание мира за **ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬ**.

Таким образом, взрослые задают ребенку направление, а дальше он сам вносит какие-то изменения или что-то новое в свою программу поведения. Это могут быть мысли, которые обогащают его жизненный опыт и делают жизнь интереснее и насыщеннее или обедняют и, ограничивают способность действовать эффективно. Но ведь наших родителей обучали их родители а мы обучаем своих детей, и так этот процесс продолжается и будет продолжаться бесконечно. И

это наталкивает на мысль, что человеческая жизнь является всего лишь каким-то элементом гораздо более емкой Вселенской программы.

Как и всякая программа, подсознательная программа человека осуществляет для него определенные функции, главная из которых – создание и поддержание модели Реальности. То есть жить в этом мире и стремиться, чтобы модель Реальности соответствовала самой Реальности, – это главное, или генеральное, намерение каждого человека. Религиозные деятели называют это стремлением души к Богу, Создателю. На Востоке – это путь к Свободе, или поиск Истины. Я не хотел бы привносить религиозный или мистический аспекты. Я определяю эту функцию как врач-психолог – подсознание человека, как информационно-энергетическая структура, стремится слиться с Вселенским Разумом. Часть стремится к целому. Незнание этого закона не освобождает от ответственности. Этот закон действует на подсознательном уровне, и было бы глупо выступать против него. Ведь закон Ньютона действует независимо от того, знаем мы его или нет. Кстати, закон всемирного тяготения – это одно из проявлений вышеприведенного Вселенского закона. Закон Ньютона описывает взаимодействие между материальными объектами. Но материя есть всего лишь одна из разновидностей энергии.

Подсознательная программа человека имеет свои структурные элементы: нейрофизиологический аппарат, социальные и личностные предписания, которые складываются в личностную историю человека.

Языком программы является человеческий язык – набор символов и знаков.

А заставляет эту программу работать определенным образом не что иное, как наши намерения, наши мысли. Они облачаются в слова, образы, звуки, чувства или движения. Мысль – это специфический, универсальный инструмент. Именно с помощью мыслей мы создаем наш уникальный мир. Это очевидно. Деньги, дома, дороги, отношения с людьми – все это было сначала мыслью. Когда появляется мысль, она формирует определенные способы поведения человека, которые позднее воплощаются в материальном мире.

Наша судьба – это наши мысли!

Таким образом, наш мир является отражением наших собственных мыслей. Но прежде, чем мысль материализуется во что-то конкретное, она претерпевает определенные превращения.

В стране происходят перемены в экономике и политике. Многие предприятия закрываются. Люди ищут новую работу. У них есть такое намерение – найти работу, да еще и такую, чтобы она им нравилась и приносила достаточно денег. Один мужчина решает, что у него неподходящий возраст (ведь он читал в объявлениях, что на работу требуются люди в возрасте до 40 лет); к тому же он уже получил несколько отказов; от своих друзей он постоянно слышит о том, как трудно сейчас найти новую работу; а по телевизору постоянно пугают массовой безработицей и сообщают о чуть ли не повсеместной невыплате зарплат. В итоге он так и не может найти подходящую работу или работает на предприятии, где не выплачивают вовремя зарплату.

Другой мужчина, несмотря на свой возраст, верит в то, что его знания и умения обязательно где-то кому-то нужны. Он берет ручку и листок бумаги и высчитывает, сколько ему нужно получать денег, чтобы удовлетворить все свои потребности: платить за квартиру, хорошо питаться, одеваться, отдыхать и другие. Сначала он пугается той цифры, которая получилась. А потом думает: «А почему бы и нет? Ведь есть люди, которые получают гораздо больше, и, значит, я заслуживаю этих денег». На следующий день этот мужчина встречается в городе со своим другом, которого давно не видел. Разговорились. И друг, узнав о его проблеме, сообщает, что у него есть знакомый, который открывает новое предприятие, и ему нужны люди как раз с такой специальностью. И вот уже через неделю этот мужчина работает на новой работе, и зарплата в точности соответствует той цифре на листке.

Это не сказки – это примеры из жизни. Случайность? Но ведь случайность – это подсознательная закономерность! Просто в первом случае получить желаемую работу мешали мысли-сомнения, и эти мысли породили соответствующую программу. А во втором случае мужчина твердо верил в себя и ценил свои знания и опыт. И каждый получил в соответствии со своими мыслями-ожиданиями. Ведь мы сами создаем свою жизнь!

«По вере вашей да будет вам!» Так написано в Библии.

Но о том, как найти нужную работу, зарабатывать много денег или устанавливать прекрасные отношения с людьми, речь пойдет в следующих книгах. В этой книге я хотел бы говорить о здоровье и о том, как люди создают себе болезни и как эти болезни, даже те, которые считаются неизлечимыми, можно вылечить. Вы поймете, что это можно сделать самому. Для этого нужно только заглянуть

внутри себя, исследовать свою подсознательную программу, свои мысли и произвести в ней соответствующие изменения.

Итак:

1) модель Реальности, в которой мы живем, соответствует нашей подсознательной программе, которая формируется с детства; таким образом, внешнее отражает внутреннее;

2) каждый человек подсознательно осуществляет главную функцию и главную цель жизни – жить в этом мире и стремиться, чтобы его модель Реальности соответствовала самой РЕАЛЬНОСТИ;

3) наш мир является внешним отражением наших собственных мыслей; все, что мы имеем в своей жизни, мы создаем сами;

4) чтобы изменить что-либо в своей жизни (состояние здоровья, отношения с людьми, работу, материальное положение и др.), необходимо обратиться внутрь себя и изменить свою подсознательную программу поведения, свои мысли, то есть измениться самому.

Так как же осуществить доступ к святой святых человека – к его подсознательной программе, к его внутреннему разуму, который напрямую связан с Вселенной, с Богом? И можно ли это делать? Не опасно ли это?

Сразу скажу, что все люди, без исключения, уже делают это. Только делают как-то необдуманно, стихийно, безответственно, создавая свой мир с массой проблем и запутываясь в них.

Я считаю, что научиться общаться со своим внутренним разумом просто необходимо. Более того, этому нужно учить людей с детства, как умению читать и писать. И это абсолютно безопасно (конечно, при соблюдении определенных правил). Это еще и интересно. Разве вам не хочется узнать всю правду о себе? О том, как, чем и для чего вы создали себе боль и страдания. И разве вам не хочется распутать клубок своих проблем?

Тогда вперед! Ведь мы сами создаем свой мир, свою жизнь. Так давайте создавать прекрасный мир!

## **ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О СВОЕМ ПОДСОЗНАНИИ**

Еще задолго до рождения психоанализа великие греческие врачи Эскулап и Гиппократ знали о существовании так называемого «внутреннего разума». Об этом писал и Парацельс. В XX веке Зигмунд Фрейд в человеческом разуме выделил несколько «слоев»: эго,

ид, суперэго и предсознание, отводя каждому определенные функции. Модель Фрейда сыграла очень важную роль в развитии психотерапии и психологии. Затем стали появляться другие модели: юнгианский психоанализ, автоматическое письмо доктора Мель, кибернетическая модель Винера, бихевиоральная модель, гештальт-терапия, транзактный анализ, НЛП и эриксоновский гипноз и др. На сегодняшний день психотерапевты и психологи пришли к мнению, что человеческий разум условно можно разделить на две части: сознательный разум и бессознательный разум (подсознание). И каждый из них способен к независимому мышлению. Как вы понимаете, это деление условно. Человек – это целостная личность. Лично я считаю, что подсознание – это та часть неизвестного и до конца непознаваемого человеческого существа, которую нужно стремиться разгадать.

Например, в данный момент, читая эти строки, вы видите страницу и напечатанные на ней буквы, вдумываетесь в смысл слов и одновременно можете слышать определенные звуки, ощущать температуру окружающего воздуха, испытывать определенные ощущения в своих руках и других частях тела. И можете заметить, что изменилось ваше дыхание и ощущения в мышцах тела. Что же произошло? Оказывается, что до того момента, пока я не указал вам на все эти ощущения и звуки, вы их сознательно не воспринимали. Но ваше подсознание воспринимало их и еще многое другое. Очевидно, что восприятие бессознательным разумом гораздо шире и глубже. Ведь подсознательный разум воспринимает саму РЕАЛЬНОСТЬ. Мало того, наш подсознательный разум, как информационно-энергетическая система, содержит информацию о любом событии и в любой точке Вселенной. Как в каждой клетке закодирована на генетическом уровне информация обо всем организме, так и в каждом человеке содержится информация обо всей Вселенной, частью которой он является. Вселенная, Бог – это единый организм, и каждый из нас выполняет для него свои специфические функции.

Подсознание подобно подводной части айсберга, оно гораздо больше сознания и в то же время скрыто от нас. В подсознании хранится вся информация о нашей жизни, записанная на «дорожках» пяти человеческих чувств. Механизм памяти, управление всеми функциями организма через центральную нервную систему, рефлексy и инстинкты, машинальные действия и привычки, порождение мыслей и поведения – это еще далеко не полный перечень услуг, оказываемых нам подсознательным разумом. Так давайте же перестанем с ним бороться и обречем в его лице верного союзника.

Для успешной работы с подсознанием необходимо знать о некоторых особенностях его «характера».

Первая (и главная) – СОЗДАНИЕ И ПОДДЕРЖАНИЕ МОДЕЛИ МИРА. Именно наш подсознательный разум, используя определенную программу, создает уникальную для каждого человеческого существа модель Реальности. И в свете этой функции понятны и другие.

#### Защитная функция

Теперь, когда ваш мир создан, его необходимо поддерживать, защищать. Не важно, где вы находитесь и что делаете, – внутренний разум ни на секунду не теряет бдительности. Он наш верный защитник. Но часто мы позволяем ему стать нашим тюремщиком, и тогда он не позволяет нам выйти за границы им же сотворенного мира. Причем из самых лучших побуждений, заботясь о нашем спокойствии.

#### Управление жизнедеятельностью организма

Подсознание через мозг, через центральную и периферическую нервную систему осуществляет контроль за всем, что происходит у нас в организме. Так, в состоянии гипнотического транса, внушением можно изменить температуру, пульс, давление, ускорить процессы заживления.

Многие были свидетелями, как эстрадные гипнотизеры заставляли людей в состоянии транса падать со сцены, или прокалывать кожу без последствий для здоровья, или совершать действия, которые невозможны в состоянии обычного осознания.

Но гипноз и самогипноз можно использовать более полезным образом. Например, если во время операции больному, находящемуся под наркозом, делать определенным образом нужные внушения, то послеоперационный период проходит без осложнений и значительно сокращается.

Другая функция – СОЗДАНИЕ ЛИЧНОЙ ИСТОРИИ (СУДЬБЫ). Этим подсознание занимается с самого нашего рождения. В

подсознании хранится вся информация о нашей жизни и о жизни наших предков. Определенное отношение к себе и окружающему миру мы получаем уже при рождении. Оно передается нам подсознательно от наших родителей. Затем мы взрослеем, накапливаем опыт, и наше сознательное отношение к окружающему миру постоянно меняется, но подсознание может придерживать взглядов, сформировавшихся в самом начале жизни. Если у вас в детстве было событие, которое произвело на вас сильное впечатление, то знайте, что какая-то часть вашего подсознательного разума по-прежнему видит случившееся глазами ребенка и оказывает влияние на вашу жизнь. Поэтому очень важно пересмотреть личностную историю и изменить подсознательное отношение ко многим событиям прошлого.

Вот пример из моей практики. Ко мне на прием пришел 17-летний парень. Он боялся ездить в троллейбусах и автобусах, в метро и лифтах. Как только он заходил в транспорт, ему становилось не по себе. Причем сам он не догадывался о причинах такого поведения. Но ведь просто так ничего не происходит. Я обучил его общаться с подсознательным разумом, и он задал первый вопрос о том, было ли в его жизни событие, которое послужило причиной для формирования такого поведения. Ответ оказался утвердительным. Тогда серией вопросов мы выяснили конкретное событие. Оно произошло, когда ему было восемь лет. Родители наказали его за какой-то проступок и заперли на длительное время в темный чулан. А спустя несколько лет, из-за какого-то мелкого хулиганского проступка, он попал в милицию и просидел ночь один в камере предварительного заключения. И с тех пор появились его страхи, потому что подсознание связало эти два события и сделало определенные выводы: закрытое пространство может стать угрозой для его свободы. Осознав причины, нам удалось легко справиться с проблемой. Интересно, что после сеанса он долго и с наслаждением катался в троллейбусе, пока это ему просто не надоело.

#### Память

Механизм памяти также находится в ведении подсознания. Именно там «снимается» и хранится фильм о нашей жизни, записанный на «дорожках» пяти человеческих чувств. Используя гипноз или самогипноз, можно легко воспроизвести фрагменты этого фильма.

Часто корни того или иного заболевания или проблемы нужно искать в событиях прошлого. Ведь тогда, в прошлом, мы сами загнали глубоко внутрь душевную боль, стараясь забыть то, что было ее причиной. Таким образом мы теряем сознательный контроль. И вот такая «заноза» сидит в подсознании долгие годы, вылезая в определенных ситуациях, доставляя боль и страдания.

Подсознательный разум всю информацию, поступающую извне, воспринимает буквально.

Например, врач, не сумевший вылечить больного или просто не знающий других методов лечения, может сказать: «Извините, но я думаю, что медицина здесь бессильна». И больной может прекратить лечение, будучи уверен, что его заболевание неизлечимо. В современной медицине много болезней отнесены к разряду «неизлечимых». Но вы должны знать, что они неизлечимы теми известными методами, которыми пытается лечить наша официальная медицина. И любая болезнь становится излечима тогда, когда человек готов взять на себя ответственность за ее возникновение.

А как часто вам приходилось употреблять такие фразы, как «меня тошнит от этого...», «не бери близко к сердцу...», «я это просто не перевариваю» и др. Вот пример из практики.

Ко мне на прием пришла уже немолодая женщина, которая жаловалась на обильное слюноотечение и неприятный вкус во рту, преследующий ее всюду. Она сдала все анализы, прошла обследование практически у всех специалистов, но никакой патологии выявлено не было. Отчаявшись, она пришла ко мне. Обучившись общаться с подсознанием, пациентка поведала мне историю о том, как полгода назад она поссорилась со своей лучшей подругой, поступив по отношению к ней крайне нечестно, но не желала признавать свою неправоту. История действительно была не из приятных. И, заканчивая ее, она произнесла такую фразу: «Это событие оставило у меня крайне неприятный привкус». Посмотрев на меня с удивлением, женщина воскликнула: «Доктор! Неужели в этом причина?» Она сама ответила на свой вопрос. Я же посоветовал ей сходить к бывшей подруге, рассказать обо всем и попросить прощения. Через некоторое время эта женщина пришла ко мне и поделилась своей радостью. Она вновь смогла наслаждаться едой и восстановила добрые отношения с подругой. И изъявила желание поработать над другими проблемами.

А как часто мне приходится слышать от пациентов такую фразу: «Доктор! У меня целый букет болезней!» В таких случаях я всегда

спрашиваю, нравятся ли им цветы? «А как же, доктор. Мы очень любим цветы!» – отвечают они. Так может быть, именно поэтому вы собираете всю жизнь свои болезни в большой букет – потому что они вам нравятся? Потому что вам нравится потакать своей слабости, жалеть себя. Именно поэтому вы любите при встрече со знакомыми обсуждать свои «цветники» болячек. И тогда не удивляйтесь, что эта «клуба» расцветает и с каждым годом в ней появляются новые «цветочки».

#### Самостоятельность мышления

Подсознательный разум способен самостоятельно решать, какую информацию нам преподнести, при этом что-то опуская, что-то искажая, а что-то обобщая. Но делает он это в соответствии с нашей программой поведения, в соответствии с нашими позитивными намерениями.

Например, трехлетняя девочка, неосторожно раскачиваясь на кресле-качалке, падает с него. После этого она боится садиться не только на кресла, но и на стулья тоже. Детское подсознание еще не знает различий между стулом и креслом. Для него – это предметы, на которых сидят. Оно обобщает все предметы для сидения. В данном случае, вызывая страх перед стульями, подсознание выполняет защитную функцию для ребенка. Позже, когда ребенок делает различия между креслом-качалкой и стулом, его страх перед стульями проходит.

Другой пример, но уже из жизни взрослых. Женщина, однажды обманутая или оскорбленная близким мужчиной, делает вывод, обобщая: «Все мужчины сволочи» или «Нет ни одного порядочного мужика». И теперь в ее личной жизни встречаются именно такие мужчины, так как соответствующие мысли буквально притягивают таких мужчин. И даже если какой-то мужчина отнесется к ней уважительно и окажет знаки внимания, все равно ее подсознание искажит внешнюю информацию.

У меня на приеме сидит семейная пара. Муж, абсолютно убежденный в том, что не заслуживает внимания других людей, жалуется на то, что его жена не проявляет к нему никаких знаков внимания и заботы. Побеседовав с ними достаточно долго, я убедился в том, что жена, напротив, относилась к нему с вниманием, заботой и

уважением и проявляла их определенным образом. Но так как эти проявления противоречили его обобщению в отношении собственной ценности, то он в буквальном смысле слова не слышал слов жены. Когда я обратил его внимание на определенные высказывания жены, он заявил, что не слышал, чтобы она говорила ему это. Когда же я буквально заставил его заметить знаки внимания жены, то он тут же исказил их, сказав: «Она так говорит, потому что чего-то хочет от меня».

«Может быть, внутри нас сидит кто-то посторонний?» – спросите вы. Конечно нет. Человеческая личность – целостная личность, И деление на сознание и подсознание условно. Такое разделение – это всего лишь способ говорить о неизведанной стороне человеческой личности. Просто в каждом из нас есть неизвестная и до конца не познаваемая область, что делает нас, людей, загадочными существами. И мы должны стремиться разгадать эту тайну, во что бы то ни стало. Тем более, что от этого зависит наша жизнь.

Все проблемы у людей (болезни, стрессы) – это результат несоответствия сознательных желаний и подсознательных намерений. Все дело в том, что наш подсознательный разум знает гораздо больше о нас самих и о наших жизненно важных намерениях. Кроме того, помните – подсознание напрямую связано с самой РЕАЛЬНОСТЬЮ или с Богом. И наш внутренний разум осуществляет свой вклад в процесс Вселенской эволюции.

Поэтому очень важно, чтобы было соответствие, гармония между сознательным и подсознательным.

## **КАК ВСТУПИТЬ В ПРЯМОЙ КОНТАКТ С ПОДСОЗНАНИЕМ**

Теперь, после того как вы получили общее представление о том, как работает подсознательный разум, реализуя программу поведения, осталось лишь вступить с ним в прямой контакт. Тогда можно вскрыть непосредственные причины возникновения болезненных явлений или личностных проблем и подключить наш разум к оздоровительной работе. Сделать это можно несколькими способами.

Но прежде я хотел бы, чтобы вы подумали вот о чем. В течение длительного времени вы боролись со своей болезнью. Вы воспринимали ее как нечто чуждое, мешающее вам. Теперь вы знаете, что все в своей жизни мы создаем себе сами, своими мыслями и своим

поведением. Поэтому, прежде чем начать общаться со своим подсознательным разумом, измените отношение к себе самому и к своей болезни. Ведь болезнь эта ваша, и вы ее «взрастили» в своем теле.

Люди привыкли к такому стереотипу мышления, согласно которому болезнь – это враг и с ней нужно бороться любыми способами, не смотря на последствия. Но бороться с болезнью – это значит бороться с самим собой. Потому примите ее и откажитесь тем самым от борьбы с собой. Во Вселенной нет такой силы, которую нельзя было бы использовать позитивным образом. И ваша болезнь – это именно такая сила. Пользуйтесь ей как средством для саморазвития.

Общение со своим подсознанием – это великое таинство. Это прикосновение к великим и неопишущим силам Вселенной. Если вы готовы приступить к познанию этих сил, то делайте это только с чистыми помыслами.

#### Способы общения

Для того чтобы успешно общаться с подсознанием, необходимо установить с ним определенные сигналы, или язык знаков. Будет лучше, если вы не станете навязывать подсознанию определенный стереотип общения, а предоставите ему возможность самому решить, какой сигнал выбрать для ответа.

Теперь расположитесь поудобнее и будьте готовы задать вопрос внутрь себя, своему подсознанию. После того как вы зададите этот вопрос, ваша задача состоит в том, чтобы быть очень внимательным и чутким к тем изменениям, которые будут происходить в вашем теле. Следите за ощущениями в той или иной части тела, мысленными образами и внутренними звуками или внутренним голосом. Не пытайтесь как-то влиять на ответ. Подсознание выберет самостоятельно способ для ответа. Вы должны быть достаточно чувствительны, чтобы уловить ответ.

Вопрос такой: «Готово ли мое подсознание сейчас общаться со мной на сознательном уровне».

Ответ может быть любым, – это зависит от вашего подсознания. Например, через некоторое время появилось чувство жжения в области желудка. Вы еще не знаете, что означает этот ответ – «да» или «нет». Поэтому поблагодарите подсознание за ответ и скажите: «Подсознание, я хотел бы понять твое сообщение. Если чувство

жжения в области желудка означает – «Да, я хотело бы общаться», – то пусть это ощущение снова повторится или станет сильнее и четче. Если это сообщение означает – «Нет, я не готово общаться», – то, наоборот, сделай это ощущение очень слабым, вплоть до того, что оно исчезнет совсем».

Если сигнал снова повторился и стал более сильным, то это означает ответ «да», следовательно, подсознание выражает готовность пообщаться с вами на сознательном уровне. Снова поблагодарите его (кстати, не забывайте это делать после каждого ответа). Теперь у вас есть канал связи с вашим подсознанием. И вы можете задавать ему вопросы, на которые оно будет отвечать «да» или «нет».

Если вдруг вы на вопрос получите ответ «нет» или «не знаю» – не огорчайтесь. Ведь ответ вы все равно получили. Такое бывает в тех случаях, когда подсознание не готово общаться по тем или иным причинам (усталость, плохое настроение, неблагоприятная внешняя обстановка, шум). Или вам необходимо изменить отношение к своему подсознанию и относиться к нему (то есть к себе) более уважительно. В таком случае извинитесь перед ним, попросите у него прощения за недоверие к себе, за борьбу с болезнью. Обратитесь к нему уважительно, ласково. А может быть, подсознание просто напугано, и его нужно успокоить. Или вы просто не верите в возможность такого общения. Подождите некоторое время, устраните возможные препятствия и попробуйте снова.

Вместо ощущений подсознательный разум может дать ответ в виде зрительного образа или какой-то мысленной картинки. Причем на ответ «да» – один образ, а на ответ «нет» – другой. Или вы можете сделать картинку ярче для ответа «да» и темнее – для ответа «нет». Если ответом будет мысленный звук, то можно сделать его громче в случае «да» и тише – «нет».

Иногда с подсознанием можно общаться с помощью «внутреннего голоса», то есть мысленно получать конкретные ответы.

Вот еще несколько примеров. Одна женщина использовала для ответа «да» ускорение сердечных сокращений, а для ответа «нет» – замедление. Другой моей пациентке нравилось, когда у нее для ответов поднимались руки. У одного мужчины для ответа «да» появлялось урчание в животе. У другого – ответы визуализировались в виде неоновых надписей, так, что он мог их читать.

В принципе, сколько людей – столько и способов общения. Каждый подбирает себе более подходящий. Лично мне нравятся пальцевые сигналы, мысленное и образное общение. Это позволяет мне

общаться с подсознанием даже в транспорте – никто ничего не замечает.

И не бойтесь сойти с ума. Мы давно уже все сумасшедшие. Разве это нормально, когда люди создают себе болезни, причиняют себе и другим боль и страдание и живут со всем этим только потому, что не хотят взять на себя ответственность за свою собственную жизнь? Я хотел бы, чтобы вы уяснили, что нет плохого или хорошего подсознания. Оно всегда готово общаться с вами, если вы искренне этого хотите. Подсознательный разум всегда заботится о вас, но делает это по-своему, опираясь на опыт всей вашей личной истории, то есть так, как вы сами его обучили. Поэтому доверьтесь своему внутреннему разуму, и он сделает все самым лучшим образом.

Подсознание функционирует у всех одинаково, вне зависимости от образования и интеллектуального уровня, будь то ученый или кочегар. Я бы даже сказал, что последнему это сделать гораздо легче, так как ученая степень часто способствует росту чувства собственной важности, которое мешает человеку замечать простые и удивительные вещи.

Еще раз упомяну о том, что человек – целостная личность. И, обращаясь к своему подсознанию, вы просто стремитесь разгадать непостижимую тайну, каковой является сам человек!

#### Пальцевые сигналы

Предыдущие способы основаны на том, что вы предлагаете своему подсознанию выбрать способ для общения. Но иногда бывает проще предложить подсознанию язык знаков: будь то движения пальцев или маятник.

Простейшим языком знаков будет приподнимание того или иного пальца: например, приподнимание указательного пальца на правой руке для ответа «да» (если вы правша) и приподнимание указательного пальца на левой руке для ответа «нет». Приподнимание обоих пальцев одновременно для ответа «не знаю» и неподвижность пальцев – «не хочу отвечать». Как вы понимаете, такое деление чисто условно, и вы можете сами установить язык знаков. Движения пальцев должны быть бессознательными, автоматическими. Не пытайтесь двигать пальцами сознательно. Просто не мешайте своему подсознанию, доверьтесь ему полностью. Вопросы нужно задавать четко

и однозначно – ведь подсознание все понимает буквально. Хочу сразу предупредить – нет таких людей, которые не могли бы общаться с подсознанием и нет плохих подсознаний. Если у вас не получается один способ, попробуйте другой. Я советую испробовать все способы. Может быть, какой-то вам понравится больше. Результат будет обязательно, если вы намерены получить ответ из глубин своего разума.

А теперь давайте попробуем. Сядьте в мягкое, удобное кресло или ложитесь на диван. Пусть руки лежат свободно и ничто им не мешает. Сразу договоритесь с подсознанием, какой сигнал будет соответствовать тому или иному ответу. Теперь мысленно или вслух обратитесь внутрь себя и задайте такой вопрос: «Готово ли мое подсознание общаться со мной? Если «да» – приподними указательный палец на правой руке бессознательными движениями; если «нет» – на левой руке». Не пытайтесь угадать ответ – просто терпеливо ждите. Через несколько секунд в определенном месте вы почувствуете легкий зуд, покалывание или онемение. Это значит, что мышцы приняли подсознательный сигнал, напряглись и вот-вот начнут поднимать палец. Еще секунда, и кончик пальца медленно, слегка подрагивая, двигается вверх. Палец может закончить свое движение, поднявшись достаточно высоко, а может, лишь слегка оторвавшись от поверхности. Как только вы получили и осознали ответ, поблагодарите свое подсознание и опустите палец.

Если вы получаете ответ «нет», то это означает только то, что есть какие-то препятствия для общения, о которых я уже упоминал: плохое самочувствие или настроение, неблагоприятная внешняя обстановка, страх перед общением, недоверие к самому себе. Устраните возможные препятствия и попробуйте снова.

#### Метод маятника

Для освоения этого метода вам понадобится маленький люцитовый шарик, подвешенный на нитке, длиной 20 сантиметров. Вместо шарика можно использовать обручальное кольцо или простую гайку.

Теперь поставьте локоть на стол и зажмите конец нити между большим и указательным пальцами. Шарик при этом начнет свободно раскачиваться. Пораскачивайте его вперед-назад, влево – вправо, по часовой стрелке и против. Это нужно для того, чтобы

подсознательный разум определил, какие мышцы участвуют в этих движениях. После этого остановите шарик и обратитесь к подсознательному разуму: «Подсознательный разум, выбери одно движение маятника из четырех возможных, которое впоследствии ты будешь использовать для ответа «да», и продемонстрируй мне это движение». Ждите ответ и не спускайте глаз с маятника. Старайтесь как бы «гипнотизировать» шарик.

Уже через несколько секунд маятник приходит в движение. Иногда нужно больше времени на «раскачку». Амплитуда движений может быть разной. Как правило, она достаточно велика для того, чтобы ответ был понятным.

Получив ответ, остановите маятник, поблагодарите подсознание и попросите его выбрать другое движение из оставшихся трех для ответа «нет». Затем попросите выбрать соответственно движения для ответа «не знаю» и «не хочу отвечать».

Это старый, проверенный метод, которому всегда придавалась определенная доля мистицизма. Вид «живого» маятника, который осмысленно реагирует на вопросы, просто завораживает. Однако в этом нет ничего сверхъестественного. Просто подсознание способно самостоятельно принимать решения, мыслить и брать под контроль определенные группы мышц. Важно только доверять своему подсознательному разуму.

#### Как задавать вопросы

То, как задан вопрос, очень важно для процесса общения. Чтобы достичь в этом совершенства, вам потребуются определенные знания и опыт. Приобрести их помогут мои примеры из практики и ваши личные попытки.

Так как подсознание понимает все буквально, то вопросы должны быть ясными, простыми и недвусмысленными. Произносите именно то, что действительно хотите сказать. Вначале я рекомендую записывать вопросы и ответы на листке бумаги.

Если вы получите какой-то необычный ответ, то это может означать, что вы задали неподходящий вопрос. Попробуйте сформулировать вопрос иначе.

Подсознание всегда дает честные ответы (конечно, если вы не отъявленный лжец).

От чего я вас действительно хочу предостеречь, так это от попыток заглянуть в будущее. Это та область, с которой нужно обращаться очень осторожно. Это то, что мы сами себе создаем. Об этом пойдет речь в следующих моих книгах.

Не опасно ли общение с подсознанием? Нет! Не только не опасно, но и желательно. Этому нужно обучать с раннего детства. Сейчас, в современных условиях, на человеческое сознание обрушивается такой огромный поток информации, что разобраться в ней бывает очень сложно. Хотим мы того или не хотим, но на наше с вами сознание и подсознание все равно идет воздействие, нас программируют с самого рождения. Мы можем воспользоваться потоком информации позитивным образом только в том случае, если разберемся в самих себе, если возьмем на себя ответственность за свою жизнь.

## **Глава 2. КАК ЛЮДИ СОЗДАЮТ СЕБЕ БОЛЕЗНИ**

### **ЧТО ТАКОЕ БОЛЕЗНЬ?**

Основной закон жизни – поддержание динамического равновесия, или гомеостаза. И каждый живой организм в соответствии с внутренним законом жизни стремится к гомеостазу. Этот закон действует с первых дней жизни любого живого существа. Это равновесие жизненных процессов должно осуществляться постоянно и в любых условиях.

На живой организм оказывается внешнее воздействие Реальности, Бытия. И он отвечает на это воздействие (это, собственно, и отличает живых от мертвых). Здоровый организм – это организм, в котором существует гармония или динамическое равновесие.

Конечно, это не так просто – поддерживать гармонию в современных условиях жизни. Но если она нарушена, то ее можно восстановить, тем более что сам организм постоянно стремится к этому.

Болезнь – это сигнал о нарушении равновесия. Нервные окончания дают нам знать о том, что в определенном месте нашего организма что-то происходит не так. Боль – всего лишь здоровая нервная реакция, которая хочет сказать нам: «Эй, дорогой, есть что-то, на что ты должен обратить внимание». И если человек не обращает должного внимания или заглушает боль таблетками, то подсознание человека сделает боль сильнее. Ведь таким образом, с помощью такого

сигнала, как боль, подсознание проявляет свою заботу о нас и преследует определенную позитивную цель – сказать нам, что что-то не так. Поэтому относитесь к своей болезни уважительно.

Вообще, прежде чем приступить к исцелению, измените свое отношение к болезни. Ни в коем случае не относитесь к болезни как к чему-то плохому, даже если эта болезнь смертельна. Не забывайте, что эту болезнь создал ваш подсознательный разум, который всегда и везде заботится о вас. Значит, на это были свои веские причины. Не спешите ругать свой организм и свою болезнь. Откажитесь от борьбы с болезнью. А наоборот, поблагодарите Бога, свой подсознательный разум за эту болезнь. Поблагодарите саму болезнь. Даже если это звучит странно – сделайте это.

Современная ортодоксальная медицина не излечивает людей именно потому, что борется с болезнью. То есть она стремится подавить ее или устраняет следствия. А причины остаются глубоко в подсознании и продолжают свое разрушительное действие.

Получается следующая картина: подсознание создает болезнь как сигнал нашему сознательному разуму, то есть пытается сообщить нам определенную информацию на своем языке, а мы идем к врачу и заглушаем этот сигнал таблетками. Выходит, боремся сами с собой, да еще выбираем средства посильнее и подороже для этой борьбы. Абсурд?!

Задача врача – не мешать организму и не подавлять его реакции, а помогать «внутреннему врачу». Думающий врач будет активизировать самоизлечение. Вдумайтесь – самоизлечение. Ваш организм сам стремится к равновесию. Нужно только ему в этом помочь. Так почему бы вам не быть в роли этого помощника. У каждого из нас есть свой «внутренний доктор».

В нашей культуре принято рассматривать болезнь как зло, как нечто от нас не зависящее, искать причины ее возникновения где-то во вне. Это дает возможность занять очень удобную позицию: «Я за свои болезни не отвечаю. Пусть врачи решают проблему».

Ну а если человек не хочет принять на себя ответственность за свои болезни, то они становятся неизлечимыми или переходят одна в другую. И тогда такой человек начинает обвинять обстоятельства, плохую погоду, родственников, людей вообще, работу, врачей. И это вместо того, чтобы обратиться внутрь себя и помочь самому себе.

Теперь давайте рассмотрим отношение к болезни и к больному с точки зрения современной медицины. Врачи сначала ставят диагноз, то есть дают название болезни, навешивают ярлык. А затем

помогают подавить болезнь с помощью лекарств. Конечно, они облегчают страдание, но причина при этом остается не устраненной, и болезнь принимает хроническую форму или переходит с одного органа на другой. То есть врачи дают пациенту своеобразные костыли, каковыми являются лекарства, и обучают жить с ними. Вообще, современная медицина – это театр абсурда! Функция врача сводится к тому, чтобы подогнать человека под определенный шаблон-диагноз, а затем выдать ему соответствующие этому шаблону таблетки-костыли.

Но врачи ни в коем случае не виноваты в этом. Просто в медицинских институтах в течение шести-восьми лет обучают определенной модели поведения. В официальной медицине господствует ньютоно-картезианская модель. И будущих врачей учат воспринимать больного и болезнь определенным образом. Современные научные открытия и практика доказывают, что эта модель давно устарела и что ее необходимо менять.

Вообще в официальной медицине сложилась очень интересная ситуация. Тратятся огромные деньги на создание новых препаратов, новых методов исследования, а болезней не только не становится меньше, но многие приобретают хроническую направленность и появляется все больше новых. Болезнь не лечится, а подавляется. Даже современные приборы, воздействующие на энергетические структуры человека, не устраняют причин заболевания. Они вытесняют болезнь на более тонкие уровни подсознания. И до тех пор, пока научные исследования и открытия ведутся в рамках старой модели, ситуация с лечением болезней не только не изменится, но и ухудшится.

Современная медицина с ее медикаментозными химическими методами лечения все реже и реже обращается к внутренней сущности человека. Отсутствует индивидуальный подход. Этому способствует излишняя специализация, когда один врач как бы отвечает за определенный орган или систему организма. Другой фактор – подчинение медицины фармацевтической промышленности, которая в погоне за прибылью от очередного, удачно разрекламированного препарата забывает о человеке. А многие врачи превращаются в дилеров по продаже препаратов той или иной фирмы. Кроме того, лекарства испытываются на животных (и неизвестно, как они подействуют на человека), поэтому так часто проявляются побочные последствия. И последнее, врачи-аллопаты стремятся подогнать состояние больного под определенный шаблон, который называется диагнозом. И тогда неудивительно, почему аллопатическая медицина переживает

состояние кризиса еще со времен Гиппократов. И все это потому, что устарела мировоззренческая модель, которой она пользуется.

У С.Н. Лазарева в одной из его книг есть прекрасная притча:

Собрал Аллах людей и стал раздавать им наказания за нарушения законов Вселенной. Врачу досталось самое большое наказание. Врач возмутился:

– Почему? Я врач, я помогаю людям, я избавляю их от страданий!

Аллах ответил:

– Потому что я посылаю людям болезни за их прегрешения, чтобы научить их, а ты мешаешь им осознать это.

Я ни в коей мере не умаляю заслуг медицины. И не призываю отказать от современных достижений. Медицина научилась облегчать страдания, и это уже хорошо. Если у человека инфаркт миокарда или черепно-мозговая травма, то необходимо оказать немедленную помощь, а не вести душеспасительные беседы. Но новый подход к болезни и к больному поможет избежать подобных, опасных для жизни болезней и ситуаций. То есть, используя новую мировоззренческую модель, можно не только вылечиться от тех болезней, которые у вас уже есть, но просто всегда быть здоровым.

Это совершенно новое состояние сознания. **ПРОСТО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ.**

Я предлагаю сохранить и использовать определенные достижения медицины и начать действовать в рамках новой модели, в которой больной выступает не как пассивная ожидающая сторона – а ему отводится одна из главных ролей. И врачу в этой модели отводится не функция фельдшера, а роль думающей творческой личности. Роль целителя! Не зря древние говорили, что врач-философ – богу подобен.

Современная медицина лишь отражает уровень сознания людей и лучше всего подходит для них. Как говорится: «Спрос рождает предложение». Какая модель у людей – такая и в медицине. Я убедился на практике, что многие пациенты просто не готовы воспринимать внутренние причины своих болезней. Они хотят получить «волшебную таблетку» или «уникальный прибор», которые вылечат их болезнь за один или несколько приемов. Люди сами создают себе болезни, а потом надеются на то, что кто-то за них будет решать их проблемы. И когда таблетки не действуют, они начинают предъявлять претензии к врачам. Хотя врачи здесь ни при чем. Еще ни один врач не вылечил ни одной болезни. Как сказал кто-то из великих: «Природа лечит, а врачи присваивают себе заслуги». Я считаю, что

врач должен помочь больному человеку стать здоровым или научить поддерживать состояние здоровья на должном уровне. Он должен быть прежде всего целителем.

Очень важно, чтобы больной человек осознал, что современная медицина всего лишь облегчает страдания, подавляя болезни или устраняя их следствия. Философия современной медицины проста: убрать следствия, не считаясь с причинами болезни.

Экстрасенсы и новые приборы, которые воздействуют на энергетические структуры человека, делают то же самое. Во многих случаях они действуют очень эффективно. Но они также не устраняют причины болезни, а загоняют болезнь на более тонкий информационно-энергетический уровень. Болезнь начинает разрушать не отдельный орган, а организм в целом, иммунную систему, переходит на потомство. То есть ради временного здоровья физического и энергетического тела человека уничтожается его будущее, стратегические запасы. Получается, что последствия от работы неграмотного экстрасенса или современного психогенератора гораздо опаснее, чем таблетка аспирина. Пока медицина продолжает создавать все более мощные способы подавления болезней, она обрекает все человечество на медленное и мучительное вымирание.

Я не собираюсь вас пугать. Я всего лишь хочу показать, что та модель для лечения болезней, которая была создана в медицине несколько столетий назад, явно устарела. Пора ее менять. Пора выходить на истинные причины возникновения болезней и работать с ними.

Я предлагаю посмотреть на болезнь с других позиций. Если считать, что мы сами создаем свой мир и свою жизнь, то и болезни мы создаем сами. Если то, что мы имеем в своей жизни, соответствует нашей подсознательной программе поведения и нашим мыслям, то и наши болезни отражают те или иные наши мысли и способы поведения. То есть причины заболевания скрыты в нас самих.

С другой стороны, болезнь можно рассматривать как блокировку, защиту от неправильного поведения и непонимания законов окружающего мира.

«А как же экология? – спросите вы. – Или питание?»

Окружающая среда создает лишь своеобразный фон для болезни, который может влиять на ее течение и развитие.

Представьте человеческий организм. В нем есть тело, сознание и подсознание. Все это представляет единое целое. Что-то мы знаем о функциях и возможностях тела, что-то нам известно о функциях

сознания. О подсознании же мы практически ничего не знаем. Эта тема была долгое время под запретом. И это, кстати, очень хорошо. Так как таким образом охранялась святая святых человека. В последнее время началось активное внедрение в подсознание человека. Появились разные способы кодирования от болезней и вредных привычек, воздействие через печать, радио, телевидение, экстрасенсорное воздействие.

При этом совершенно не учитываются подсознательные причины проблемы. Кроме того, сами врачи, проводящие подобные сеансы, далеки от совершенства. Например, врач-психотерапевт кодирует больных от алкоголизма, а при этом сам злоупотребляет спиртным, или врач пытается лечить больного от какого-то органического заболевания, а при этом сам болен тем же заболеванием или другим. Врач-офтальмолог носит очки. Психолог лечится у психолога. Многие экстрасенсы болеют сами и себя лечить не могут. Что-то здесь не так! Выходит, что те методы, которые они используют, не оказывают настоящего лечебного воздействия, а иначе давно бы вылечили себя сами.

Как я уже писал, болезнь – это сигнал нашему сознанию о нарушении равновесия. Можно попытаться восстановить это равновесие на физическом уровне. Например, при сахарном диабете колоть инсулин или при сердечной недостаточности принимать сердечные гликозиды. Но это будет только временное облегчение состояния. Можно попытаться сбалансировать питание, заняться физкультурой, физиотерапией, голоданием, дыханием, закаливанием. Существует множество школ такого направления. И они действительно оказывают помощь. Но не при всех заболеваниях. И опять же, это только внешнее воздействие на организм. И как бы ни расширялись возможности современной медицины с помощью новейших химических препаратов и мощных приборов, суть остается та же: облегчение страданий при помощи подавления болезни. Причины по-прежнему не устраняются, а сама болезнь сбрасывается на более тонкие уровни человека и даже на его детей.

Существуют причины заболеваний, которые лежат на более глубоком и тонком уровне, нежели физический и химический. Это уровень информационно-энергетического поля. Короче говоря, это наши мысли, чувства и эмоции, наше поведение, наше мировоззрение.

Сознание и тело человека несут в себе всего 1–5 процентов информации. Всегда считалось, что человек использует лишь малую толику своих способностей. Главная же информация человеческого

существа содержится в его информационно-энергетических структурах, которые и получили название «подсознание».

В подсознании человека содержится весь набор программ его поведения, которые он «унаследовал» от своих родителей и принес в этот мир. Другими словами, в его подсознании закодирована информация о своих предках и потомках. Эти структуры создают будущее человека. Именно этим объясняется феномен гадания и предсказания будущего. Гадалка или маг «считывают» информацию с подсознательных структур человека определенным образом, чаще используя ритуал (карты, линии по руке, выкатывание и выливание яйцом или воском и др.), и доводят полученную информацию до сознания. Ничего фатального, однако, в этом нет, так как судьбу мы себе создаем сами.

Получается следующая картина: существует подсознательная программа поведения человека и информационно-энергетические структуры Вселенной. Если мысли человека и его поведение вступают в диссонанс с единым организмом Вселенной, то это приводит к нарушению равновесия и гармонии в человеке. Это, в свою очередь, отражается на его судьбе или состоянии здоровья. Представьте, что будет, если клетка в организме перестанет жить по законам самого организма. Для организма она станет больной клеткой, и он будет стремиться сначала ее излечить, а если это не поможет, то – уничтожить.

Таким образом, болезнь – это сообщение вашего подсознания о том, что какое-то ваше поведение и какие-то ваши мысли и чувства вступают в конфликт с законами Вселенной. Значит, для того, чтобы излечиться от любого заболевания, нужно привести свои мысли и эмоции в соответствие со вселенскими законами.

На прием приходит мужчина с осложнениями после воспаления легких. Болезнь протекала очень тяжело. Организм антибиотики уже не принимал. Протестировав подсознательные причины, выяснили, что незадолго до развития болезни у мужчины на работе был серьезный конфликт с начальством. В результате конфликта в его душе осталась сильная обида на начальника, которая перешла затем в обиду на весь мир.

– Понимаете, – начал я объяснять мужчине, – обида – это скрытое подсознательное пожелание смерти, причем не только одному человеку, а всему его роду. Эта разрушительная программа затем вернулась самому автору, то есть вам, в виде болезни.

– Как бы в наказание? – спросил мужчина.

– Ни в коем случае. Болезнь – это не наказание, это просто результат, внешнее отражение на физическом уровне ваших мыслей и эмоций. Мысль – это энергия особого рода, закодированная информация. И ей обязательно должно соответствовать что-то на физическом плане. Если мысль разрушительная, например обида, осуждение или ненависть, то на физическом плане ее будет отражать болезнь.

– Что же мне теперь делать? – спросил пациент.

– Единственный способ нейтрализовать эту программу – это простить и даже поблагодарить вашего начальника за эту ситуацию.

– Как же я могу его благодарить, если он не прав?

Простить-то еще ладно, а вот поблагодарить?

– Вообще-то благодарить вы должны в первую очередь Высший Разум, Бога за эту ситуацию. А кроме того, вам необходимо понять, что источник обиды находится не в вашем начальнике, а в вас самом. Это вы сами создали эту ситуацию. Давайте прямо сейчас выясним, чем вы притянули в свою жизнь этот конфликт.

Далее мы продолжаем работать с подсознанием мужчины и выясняем причины конфликта. Это оказалось его, накопленное годами, раздражение и недовольство начальником, неудовлетворение своей работой, неуверенность в себе. После того как мужчина через покаяние, прощение и благодарность нейтрализовал негативную подсознательную программу, изменил свое отношение к себе, к работе, к начальству, болезнь прошла бесследно.

Таким образом, болезнь для этого мужчины послужила толчком для его внутреннего роста и развития. А ведь если бы он и дальше продолжал подавлять болезнь, то эту программу саморазрушения, которую он запустил своей обидой, потом было бы трудно остановить. Она начала бы работать не только против него самого, но и его детей. Кстати, через некоторое время после появления болезни у мужчины у его сына началась крапивница.

Он никак не связывал эти два явления. Тем не менее кожа у ребенка очистилась сразу после внутреннего очищения отца.

Давно пора понять, что причины болезней и страданий находятся не вовне, а внутри нас. Причины скрыты в нашем больном мировоззрении. Для того чтобы вылечиться, необходимо поменять свое мировоззрение. Каждый человек является частью Вселенной. А потому должен жить в соответствии с ее законами. Если будет гармония внутри, то будет гармония и вовне.

Попытки объяснить законы Вселенной предпринимались издревле. В различных религиозных течениях эти законы даны в виде

заповедей, сутр. От каждого из нас требуется всего лишь стремление их понять. Раньше люди были более религиозны и стремились соблюдать заповеди священных книг. В современных условиях «цивилизованного» мира основной упор делается на материальное и очень мало внимания уделяется духовному развитию. Энергетические возможности человечества резко увеличились, а его наполненность любовью, добром, пониманием высших законов находятся на прежнем уровне. Чем это грозит человечеству и миру? Катастрофой. Именно этим нас и пугают предсказатели.

Мысль порождается человеком и обладает универсальной энергией. Сила мысли огромна. Ученые примерно подсчитали, что энергия информационного поля человека во столько раз больше энергии распада атомного ядра, что для этого числа просто нет названия. Количество нулей в этом числе переваливает за сто. Люди не подозревают, какие ресурсы скрыты в каждом человеке. Они обладают созидательной и разрушительной силой. Обиделся человек – послал другому разрушительную мысль, и она возвращается к нему болью и страданием. Выразил любовь – послал созидательное чувство, и оно возвращается в виде радости и успеха. Получается, что люди на подсознательном уровне буквально уничтожают друг друга, а потом удивляются, почему болезней не становится меньше и почему в мире так много насилия.

Я убедился на своей врачебной практике, что изменение мировоззрения человека влечет за собой удивительные последствия – излечиваются те заболевания, которые современная медицина давно зачислила в ранг «неизлечимых», устанавливается гармония в личной жизни. Нейтрализация негативных подсознательных программ ведет не только к излечению, но и к изменению судьбы человека, и даже судьбы и здоровья его детей (с причинами болезней у детей складывается очень интересная картина. Этой теме у меня будет посвящена отдельная глава во второй книге).

Я даже заметил такую интересную особенность. Если человек начинает внутренне меняться, то он излечивается сам и вокруг себя создает особое пространство, которое благотворно сказывается на его окружении.

Если у вас есть заболевание, то это значит, что ваш подсознательный разум дает вам сигнал о том, что у вас в подсознании есть такое поведение и такие мысли, которые вступают в конфликт с законами Вселенной. Для излечения необходимо: во-первых, выяснить, что это за поведение и какие это мысли? А во-вторых, познать сами вселенские законы, то есть познать Истину, как говорили древние.

Причины возникновения любых болезней и страданий в личной жизни можно свести к трем основным:

- 1) непонимание цели, смысла и предназначения своей жизни;
- 2) непонимание и несоблюдение законов Вселенной;
- 3) наличие в подсознании и сознании пагубных мыслей, чувств и эмоций.

Теперь давайте проведем сравнительный анализ двух моделей в медицине: господствующей и новой.

## ГОСПОДСТВУЮЩАЯ МОДЕЛЬ В МЕДИЦИНЕ

### Основные постулаты

1. Человек существует отдельно от окружающей среды.
2. Окружающий мир – мир враждебных и союзных сил. Мир добра и зла.
3. На наш организм оказывают нападение определенные враждебные силы (микроорганизмы, физические и химические факторы, действия людей). Мы постоянно находимся в состоянии осады.
4. Убивая болезнетворные микроорганизмы, мы побеждаем. А после окончания войны организм должен восстановить разрушенное болезнью здоровье.
5. Есть болезни «слабые», с которыми легко бороться (например, простуда). А есть болезни сильные (так называемые «неизлечимые болезни»), которые победить невозможно. Некоторые болезни можно предупредить, укрепляя защитные силы организма (делая прививку, закаливая организм).
6. Сохранение здоровья – это борьба.
7. Болезнь – это зло, с которым нужно бороться всеми силами.

8. Задача врача – помочь больному победить болезнь. Для этого нужно поставить диагноз, то есть дать название болезни-врагу, а затем назначить средства борьбы.

9. Фармацевтическая промышленность создает более сильные средства борьбы с болезнью. Прогресс в медицине определяется созданием более совершенных средств борьбы с заболеваниями.

10. Иногда мы побеждаем болезнь, иногда она выигрывает битву. Даже если мы научимся побеждать некоторые болезни, то в конечном итоге проиграем войну, потому что умрем.

## НОВАЯ МОДЕЛЬ МЕДИЦИНЫ ДОКТОРА СИНЕЛЬНИКОВА

### Основные постулаты

1. Мы живем не изолированно от окружающего нас мира, а являемся его частью. Окружающий мир – это наш мир.

2. Здоровье – это равновесие между нашим способом существования и окружающим миром. Это гармония с самим собой и с окружающей средой.

3. Наше тело находится в постоянном контакте с различными проявлениями сил природы (микроорганизмами, физическими и химическими факторами, действиями людей). Все они являются неотъемлемой частью окружающей среды. Каждая из этих сил может быть полезна для нас.

4. Заболевание – это признак нарушения равновесия. Мы должны быть внимательны к сигналам своего тела.

5. Мы сами нарушаем равновесие и создаем болезни нашими действиями, мыслями и эмоциями.

6. Мы можем оказывать влияние на свои мысли, эмоции и поведение. Мы можем оказывать влияние на окружающий мир. Заботясь о чистоте своих помыслов, мы заботимся о своем здоровье.

7. Заболевание – это признак здоровья организма, это достижение человека и природы. Оно восстанавливает нарушенное нами равновесие. Заболевание – это проявление целительных сил природы.

8. Организм сам стремится восстановить нарушенное равновесие. P1 выздоровление является естественным процессом. В некоторых случаях нам может понадобиться внешняя помощь, если мы слишком сильно вышли из равновесия.

9. Задача доктора – помочь действию целительных сил природы в восстановлении равновесия. Задача доктора – научить человека быть здоровым.

Хочу еще раз подчеркнуть: я не отрицаю старую модель и всех достижений медицинской науки. Они могут быть полезны в некоторых ситуациях. Я просто предлагаю новую модель, которая очень эффективна не в борьбе с болезнью, а в создании и поддержании состояния здоровья, гармонии и счастья. Она помогает лично мне в моей жизни и помогла уже тысячам людей.

Кроме того, в своих книгах я познакомлю вас с методом подсознательного программирования и с другими уникальными системами, с помощью которых можно выявить негативные подсознательные программы, нейтрализовать их и заменить на новые. И попытаюсь дать представление о законах Вселенной (частично я о них писал в начале книги). Это будет всего лишь мое представление и мой взгляд на некоторые вещи. Это просто набор инструментов. Я рекомендую вам воспользоваться ими – результаты будут очень благотворны. Этот метод уже проверен на практике и помог тысячам людей исцелиться.

Встать на путь излечения

Если вы готовы встать на путь излечения, то первое (и самое главное), что нужно сделать – это взять на себя ответственность за свою болезнь и изменить к ней отношение. Что это значит? А это значит, что НИКТО НЕ ВИНОВАТ В ПОЯВЛЕНИИ БОЛЕЗНИ, И ВЫ ТОЖЕ НЕ ВИНОВАТЫ. Болезнь – это внешнее отражение ваших мыслей и вашего поведения. Болезнь – это сигнал вашего подсознательного разума о том, что что-то вы делаете не так, о том, что ваше поведение и ваши реакции на события вредны для вас. Болезнь – это способ осуществления ваших позитивных намерений. Болезнь – это подсознательная защита вас от какого-то вашего разрушительного поведения. И в конце концов, это разговор Бога, Вселенной, Высшего Разума с вами.

А ваша болезнь о чем вам пытается сообщить?

Из своей практики я знаю, что многие люди с трудом принимают идею об ответственности. Ведь взять на себя ответственность – это означает отказ от обид, критики, обвинений, как других, так и себя. Это требует определенных изменений и, соответственно, усилий. Но гораздо легче кого-то обвинить, чем измениться самому. А некоторые даже знают причины своих проблем, но все равно не хотят меняться и предпочитают страдать. Ну что же – это их выбор. Каждый человек сам создает свой мир!

Я знаю из своей практики, что идея ответственности за свою болезнь – это первый шаг на пути к излечению. Без него любые усилия будут безрезультатны и не спасут никакие дорогостоящие лекарства. Вы будете ходить от одного врача к другому, и болезнь будет перемещаться с одного органа на другой. Только взяв на себя ответственность, можно излечиться от любого заболевания, включая и те, которые в официальной медицине считаются неизлечимыми.

Теперь давайте рассмотрим более подробно, какими механизмами пользуется подсознание для создания болезни.

#### Скрытое позитивное намерение

Я глубоко верю в то, что человек является очень сложным сбалансированным существом. И поэтому у него никогда ничего не появится просто так. Мало того – любое поведение человека (включая болезнь) имеет свою позитивную функцию в определенном контексте. Поэтому выявить причину заболевания – это значит найти то скрытое позитивное намерение, которое подсознание пытается осуществить за счет болезни.

Работая с подсознанием людей, я пришел к выводу, что очень часто их болезни выполняют для них определенные функции, о которых сами пациенты не знают или только догадываются. Это станет понятно на примерах.

Ко мне за помощью обратилась пожилая женщина. Через некоторое время после смерти мужа у нее началось головокружение, шаткость походки и другие признаки нарушения мозгового кровообращения. Она считала, что ее болезнь – реакция на потерю близкого человека. И это было так. Но она не подозревала, что подсознание с

помощью болезни еще и добивалось получения внимания от детей. Каким образом?

У нее было три взрослых сына, которые жили отдельно. Они имели жен, детей и редко навещали ее. Когда же не стало мужа, она почувствовала себя очень одинокой. Понятно, что в этот период времени ей требовалось очень много внимания и поддержки, а она его столько не получала.

Болезнь ей помогала получить нужное внимание – теперь хотя бы один из сыновей каждый день навещал ее.

Каждый человек хочет, чтобы ему оказывали знаки внимания. Это вполне естественно и необходимо. Но когда есть невротическая потребность во внимании окружающих, тогда здоровье в опасности. Ведь болезнь – самый простой способ удовлетворить эту потребность.

Мы все обучены этому еще с детства. Когда болеет ребенок, сколько много внимания, заботы и ласки он получает. Родители приходят раньше с работы, покупают что-нибудь вкусненькое. А какое счастье пропустить недельку школьных занятий!

Другая функция, которую подсознание может выполнять за счет болезни, – функция самозащиты. Одни используют неосознанно болезни для защиты от вполне конкретных проблем, а другие просто бегут от реальности.

Возьмем, к примеру, такой симптом, как головная боль. Вспомните, как вы реагируете на человека или ситуацию, которые вам неприятны, – чаще головной болью.

Когда вы устали и вам требуется отдых, подсознание тут же сигнализирует тяжестью в голове, затылке.

Многие женщины или мужчины, когда хотят уйти от сексуальной близости, ссылаются на головную боль.

А когда вам неприятна ваша работа и не хочется на нее идти, ОРЗ – самый эффективный способ полежать дома 3-5 дней, поболеть, а заодно и отдохнуть.

Одна моя клиентка страдала от постоянных маточных кровотечений. Они были незначительными, но очень изматывали ее. Врачи обнаружили миому матки и сразу предложили ей операцию. По счастливой случайности эта женщина попала ко мне. Она оказалась хорошим гипнотическим субъектом и легко вступила в контакт со своим подсознанием. Оказалось, что подсознание защищало ее с помощью кровотечений от половых сношений со своим мужем, которого она не любила и даже презирала. Эта информация ее удивила. Но после

того, как она выяснила свои отношения с мужем, кровотечения прекратились. А еще через месяц при профилактическом осмотре выяснилось, что миома матки рассосалась.

Часто болезнь может выполнять функцию последнего тормоза перед запуском нежелательного поведения. Например, ангина – препятствие перед высказыванием запретных чувств. Артрит – физическое препятствие перед запуском гнева, насилия, раздражительности.

Иногда болезнь осуществляет необычные намерения.

У одной моей пациентки были частые приступы мигрени. Из общения с подсознанием выяснилось, что головные боли ей были нужны для того, чтобы «ставить на место» своего мужа. Оказывается, ее муж был врачом, заведующим кафедрой, профессором. У него было много важности и напыщенности. И, приходя с работы, он продолжал вести себя дома с женой так же, как на работе с людьми. Таким образом, головная боль жены быстро сбивала с него спесь-ведь, как врач, он ничего не мог поделать с мигренью жены, даже профессорское звание не помогало. Вот так головные боли жены быстро переводили его из одной реальности в другую.

Нет ничего плохого в том, что человек осуществляет свои намерения с помощью болезни. Просто в определенных ситуациях у него нет лучшего выбора, как сознательного, так и подсознательного. В таких случаях важно осознать подсознательные мотивы и создать новые способы поведения, которые были бы лучше, чем болезнь.

Наши болезни – результат наших мыслей

Каждое человеческое существо является частицей Вселенной. И как частица Вселенной, он выполняет здесь, в этом мире, определенные функции. Именно высшая сила Вселенной дает нам, людям (как и другим живым и «неживым» существам), осознание, которое мы обогащаем самим процессом жизни, и затем забирает его. То есть человек своей жизнью вносит свой вклад во вселенский процесс эволюции и развития.

Давайте представим на минуту, что человек является маленькой клеточкой одного единого организма, каковым является Вселенная. Каждая клетка в организме выполняет свои определенные функции и получает от организма все необходимое для этого: питательные

вещества, энергию. Каждая клетка имеет свой срок жизни, со временем стареет и умирает, заменяясь новыми.

Как и во всяком живом организме, во Вселенной постоянно происходят два процесса: ассимиляция и диссимиляция, или созидание и разрушение. Здоровье определяется динамическим равновесием этих двух сил. Как только равновесие нарушается, тут же появляется сигнал в виде болезни, который указывает, в каком месте и из-за чего равновесие нарушено.

Так каким же образом мысли могут влиять на эти процессы?

Мысль – это универсальная форма энергии, которая обладает как созидательной силой, так и разрушительной.

Каждый знает о том, как на человека действует любовь, доброта, забота, одобрение и внимание. Такой человек чувствует себя счастливым, спокойным, радостным и здоровым.

А если человеку постоянно угрожать, держать в страхе, говорить гадости; если он сам будет удерживать в голове разрушительные мысли, то очень скоро здоровье его пошатнется.

Несколько столетий назад был проведен один эксперимент.

Привязали овцу рядом с клеткой, в которой находился волк. Через несколько дней овца заболела и сдохла.

Люди недооценивают значение своих мыслей, а потом удивляются – откуда берутся их проблемы?

А какие разрушительные мысли постоянно возникают у вас?

Как часто вы ругаете кого-либо или обижаетесь? Кому желаете зла? Кого жалеете?

Люди сами создают свой мир и должны взять на себя ответственность за свою жизнь. Но они привыкли обвинять кого-то в своих проблемах или себя в тех грехах, которые никогда не совершали.

Как же мысль оказывает свое разрушительное воздействие?

Представим снова живой организм. Если какая-то клетка начнет оказывать разрушительное воздействие на себя и другие клетки или на весь организм в целом, то она скоро заболит или превратится в раковую.

Таким образом, если вы думаете о себе плохо, если испытываете чувство вины, ругаете себя, то вы запускаете программу самоуничтожения. А если вы посылаете разрушительные мысли другому человеку (например, ненависть), то вы все равно разрушаете самого себя, но уже опосредованно. Ведь вы – частица Вселенной, но и другой человек – такая же частица той же Вселенной. И, направляя

негативные мысли на него, вы тем самым отрицаете существование самого себя.

А теперь конкретный пример из моей практики. Ко мне на прием пришла сорокалетняя женщина с миомой матки. Опухоль появилась впервые пять лет назад и с каждым годом увеличивалась. Ей предложили операцию, пугая превращением опухоли из доброкачественной в злокачественную. Но она решила попробовать мой метод лечения. После того как она установила контакт с подсознанием, внутренний разум «раскрыл» причины развития опухоли. А причиной появления опухоли явились накопленные обиды на мужа.

Пять лет назад, после серьезного разлада в семье, муж начал выпивать. И с каждым годом все больше и больше. В семье – постоянные конфликты: ругань, ссоры, драки, взаимные оскорбления и упреки. А опухоль – это накопленные за пять лет обиды. А почему именно матка? Да потому, что обиды связаны с мужчиной.

Значит, у женщины задета ее женственность. А матка – это орган, символизирующий ее женское начало. Когда мы «копнули» глубже, то выяснилось, что еще до замужества у нее был нарушен менструальный цикл. А причиной такого нарушения было негативное отношение к себе как к женщине, а такое отношение к себе передалось ей от матери. Кстати, у матери с мужчинами в жизни тоже было не все гладко.

Женщина осознала, что ее болезнь и поведение мужа связано с ее отношением к себе самой и мужчинам. Она изменила это отношение, используя определенные приемы (о которых будет сказано ниже). Она стала любить и уважать себя как женщину, относиться к себе бережно. Изменила свое отношение к мужчинам. Много изменила в своих отношениях к людям, к миру. Принимала гомеопатические средства. И в течение года ее опухоль рассосалась полностью. Кроме того, ее отношения с мужем нормализовались, и он бросил пить.

Надо сказать, что такой результат стал возможен только благодаря тому, что женщина проделала огромную работу над собой.

У нее было очень сильное намерение вылечиться. Она не стала обращаться к помощи хирурга и лекарств. Она обратилась внутрь себя и устранила сами причины болезни.

Вы, наверное, уже обратили внимание на то, что в большинстве моих примеров причины заболевания нужно искать в прошлом. Ведь в подсознании хранится вся информация о нашей жизни. Событие, пережитое несколько лет назад, и негативное отношение к нему, сформированное тогда, будут оказывать воздействие на вашу жизнь в настоящем, создавая личностные проблемы или болезни.

У подсознания удивительная способность к научению. Оно может научиться чему-либо с одного раза. Это может произойти во время сильного эмоционального потрясения: пережитый ужас, шок, потеря близкого человека или животного, измена, обман. Затем подсознание в определенных ситуациях многократно прокручивает это событие. Так, например, чувство вины по поводу какого-либо поступка может изменить всю жизнь.

Женщина привела ко мне на прием 14-летнюю дочь. У девочки была навязчивая необходимость постоянно мыть руки, по несколько раз в день по 20–30 минут. Психиатры поставили ей диагноз «шизофрения» и уже начали давать сильные психотропные средства, сделали инсулиновый шок.

Девочка оказалась очень гипнабельной. Я не стал тратить время и сразу погрузил ее в состояние глубокого гипнотического транса. Подсознание поведало мне такую историю.

Не так давно, когда девочке было 9 лет, ей подарили на день рождения волнистого попугайчика. Пока не было клетки, попугайчик свободно летал и разгуливал по квартире. И вот однажды, забегая на кухню, девочка не заметила на полу попугая и наступила на него. Девочка взяла птицу на руки – она была мертва, а руки девочки были запачканы кровью. Ребенку было жаль попугая, но еще больше она боялась реакции матери. Поэтому она похоронила мертвую птицу в кустах около дома, а матери сказала, что попугай улетел в форточку.

С одной стороны, желание сознаться, а с другой – страх перед родителями и чувство вины и были причиной такого странного поведения девочки. Подсознание буквально пыталось смыть пятна крови с рук, а вместе с ними – и чувство вины.

После того как девочка избавилась от чувства вины, поведение ее снова стало нормальным.

Но в этой истории был еще один интересный момент. Когда я погружал девочку в состояние транса, то мать, сидевшая рядом, тоже автоматически погрузилась в транс. У матери также была навязчивость – как только она садилась, у нее появлялось непреодолимое

желание качать ногой. И после этого сеанса с ее дочерью она сама освободилась от этого странного поведения. Наверное, ее подсознание пережило заново какие-то события прошлого и изменило к ним свое отношение.

А вот другой пример.

Ко мне на прием пришел 17-летний юноша. Сначала он долго не мог сообщить о своей проблеме, так как сильно стеснялся. Но потом, краснея и запинаясь, рассказал о том, что у него есть трудности в общении с девушками. Причем не такие трудности, которые есть в этом возрасте практически у каждого. Он может нормально с ними общаться, но у него нет к ним сексуального влечения. Более того, год назад он начал испытывать сексуальное влечение к представителям мужского пола. Он испугался этого, боялся кому-либо в этом признаться. Во время своего рассказа он часто повторял фразу: «Доктор! Я не хочу быть голубым. Я хочу быть настоящим мужчиной. Хочу, чтобы меня влекло к женщинам».

Обратившись к своему подсознанию, он вспомнил событие, которое привело к извращению сексуального влечения.

Когда ему было 12 лет, он вполне нормально интересовался, как устроено тело у девочек. У них в классе была одна очень развитая девочка, у которой уже сформировались все вторичные половые признаки. И вот вместе со своим другом они решили все познать на собственном опыте. Подкараулив ее в туалете, они прижали ее в углу и собственноручно убедились в том, что грудь у нее большая, попа упругая и другое тоже на месте. Интерес был удовлетворен, но история на этом не закончилась. В тот же день девочка пожаловалась своей матери. Та сходила домой к матери моего пациента и описала все так, как будто ее дочь чуть не изнасиловали. Мамаша долго била мальчика и при этом приговаривала: «Не смей больше этого делать с девочками. Слышишь? Никогда не смей!»

История была со временем забыта, но подсознание тогда сделало вывод, что, раз нельзя интересоваться девочками, тогда можно мальчиками – ведь в отношении мальчиков запрета не было.

Моему пациенту достаточно было просто осознать причину, и его поведение стало нормальным.

Человек, если он не может справиться с ситуацией, стремится подавить эмоциональную боль, а значит, загнать глубже в подсознание. Но в определенных ситуациях эти эмоции вылезают наружу, минуя сознание человека. В таких случаях задача заключается в том, чтобы детально исследовать такие очаги и устранить их.

Семилетняя девочка страдала аллергическим насморком. Он периодически появлялся каждый месяц. Выделения из носа начались полгода назад, и связано это было с тем, что дядю девочки (17-летнего юношу) призвали служить в армию. В то время шла война в Чечне, а служил он в Дагестане, на самой границе с Чечней. Кроме того, последнее время юноша жил в одной семье с девочкой, и она успела сильно привязаться к нему, тем более что ее отец целыми днями был на работе.

Таким образом, насморк был не чем иным, как подсознательными слезами. Его создали такие эмоции девочки, как страх, жалость и печаль.

#### Сила внушения

Я считаю, что многие наши мысли внушены нам в тот или иной период нашей жизни. А к некоторым убеждениям мы пришли самостоятельно путем логических умозаключений, но при этом опирались на уже имеющийся у нас опыт. Следовательно, наша подсознательная программа создана при помощи других людей и при нашем непосредственном участии путем внушения или убеждения. Сначала наши родители внушали нам те или иные мысли, многократно повторяя их. А мы им, конечно, верили. Затем учителя, сверстники. Теперь мы уже сами беспрерывно прокручиваем у себя в голове все это.

Но не всегда для того, чтобы внушить какую-то мысль, ее необходимо многократно повторять. Не только слова несут в себе ту или иную информацию. Часто дети копируют поведение родителей, а вместе с ним и болезни. Так, у девочки могут быть болезненные менструации только потому, что она всю жизнь видела, как страдает от этих болей ее мать.

Иногда же мысль внедряется в подсознание мгновенно, например при сильном эмоциональном потрясении. Я уже приводил примеры. А в некоторых случаях неосторожная реплика хирурга или анестезиолога может стать негативным внушением.

Ко мне пришла молодая женщина с болями в правом паху. Врачи поставили диагноз: хронический аднексит. Боли начались неожиданно три года назад. Оценив в то время все симптомы, врачи решили, что это аппендицит, и сделали операцию. Червеобразный отросток

был действительно воспален. Но после операции боли не прошли. Тогда хирурги отправили женщину к гинекологу. Ну а те поставили свой диагноз, назначили лечение, но ничего не помогало. Экстрасенсы сняли сглаз и порчу – но тоже безрезультатно. Отчаявшись, женщина решила попробовать гомеопатию и обратилась ко мне за помощью. Гомеопатические средства значительно улучшили ее состояние, но через некоторое время боли возобновились. Тогда пациентка сказала мне, что она подозревает, что причина не в яичниках, а в чем-то другом. Мы решили выяснить причину у подсознания.

Сделать это оказалось не так-то просто. Сначала мы установили официальный контакт с подсознанием. Затем «нащупали» событие, которое стало причиной. Как ни странно, но этим событием оказалась операция. Я ввел пациентку в гипнотический транс и перевел ее в прошлое, к самому моменту операции. Операция проходила под внутривенным наркозом.

– Я слышу, как врачи что-то обсуждают, – говорила пациентка в трансе. – Ага! Вот анестезиолог, он справа от меня и шупает пульс. Вот он говорит, он направляет свой голос непосредственно ко мне: «Бесполезно. Все останется как было».

Я предложил пациентке вернуться назад и прислушаться внимательно к тому, о чем говорили врачи.

– Я плохо разбираю слова, мешает шум вентиляции.

А, они обсуждают своего главного врача. Говорят, что он им не платит денег, а сам получает регулярно зарплату. Вот кто-то из них предлагает собраться всем вместе и пойти к нему. И вот теперь говорит анестезиолог о том, что все останется как было. Но теперь я поняла, что он говорит это не мне.

Пациентка вышла из транса и очень довольная сообщила, что осознала свою ошибку. А на следующий день она позвонила мне и сказала, что боли прошли совершенно и она себя прекрасно чувствует.

Некоторые пациенты могут детально вспомнить все, что происходило во время операции, и без гипноза. Многие врачи даже не подозревают, каким мощным инструментом, каковым является наркоз, они располагают для помощи больным. Грамотный врач не только будет осторожен в выражениях во время операции, но и сделает серию позитивных внушений, направленных на скорейшее выздоровление, на быстрое заживление, на рассасывание рубца.

Как я уже указывал, подсознание воспринимает всю информацию буквально, то есть если какое-то слово или фраза имеет двойной смысл, то внутренний разум перерабатывает и то и другое значение.

Будьте внимательны к тем словам и фразам, которые вы произносите в повседневной жизни. И если ваш язык изобилует такими фразами, как: «Я просто с ума схожу...», «Эти дети – настоящая головная боль...», «Больно видеть...», «Голова идет кругом...» и др., то пора задуматься.

Однажды я пришел к своему другу в гости. Он, между прочим, пожаловался на периодические ноющие головные боли. Боли появились полгода назад. Я стал расспрашивать о тех событиях, которые предшествовали появлению болей. Он долго рассказывал о проблемах в своей фирме и, рассказывая об одном напарнике, заявил совершенно автоматически: «Этот Сергей – сплошная головная боль». После этой фразы, которая, по моему мнению, и была ключевой, он продолжал дальше свой рассказ. Через некоторое время я его остановил и спросил, помнит ли он о том, что говорил о своем напарнике Сергее. Конечно, он не помнил! Когда мы с его женой сказали ему об этой фразе, он очень удивился.

Через некоторое время он ушел из этой фирмы и «оставил там свою головную боль».

А теперь давайте составим перечень тех фраз, которые имеют двойной смысл и могут привести к тому или иному заболеванию. Вы сами можете дополнить этот список.

- меня тошнит от этого
- я это просто не перевариваю
- сидит в печенке
- неприятный привкус от этого дела
- больно видеть
- глаза б мои не видели
- видеть тебя не хочу
- слышать тебя не хочу
- эти дети – одна головная боль
- голова идет кругом
- брать близко к сердцу
- сердобольный
- на сердце камень

- у меня на это дело член не стоит
- член я хотел положить на все это
- я просто с ума схожу
- переломный момент
- это все у меня стоит поперек горла
- нет права голоса
- душит обида
- засунуть подальше в задницу
- букет болезней
- неприятный осадок

А теперь подумайте, какие фразы вы используете при общении?

Эти фразы с двойным смыслом отражают ваше отношение к чему-либо, поэтому необходимо в первую очередь поменять отношение, а вместе с этим появятся и новые слова в вашем лексиконе.

Одна молодая учительница жаловалась на постоянную охриплость голоса. Когда я стал расспрашивать ее о работе, то понял, что она ей просто не нравится, а под конец она заявила: «Эти дети у меня уже поперек горла сидят» – и указала ребром ладони на щитовидный хрящ.

Я посоветовал ей сменить работу или изменить отношение к детям.

Основные механизмы появления болезней:

- 1) скрытая мотивация, то есть подсознание с помощью болезни осуществляет какое-то позитивное намерение;
- 2) действие разрушительных мыслей: болезнь – это внешнее отражение наших мыслей и нашего поведения;
- 3) болезненный опыт прошлого – пережитое эмоциональное потрясение;
- 4) эффект внушения – создание болезни путем внушения;
- 5) использование фраз с двойным смыслом.

Итак:

- 1) люди сами создают свои болезни, а значит, и сами могут их вылечить, уч гравив причины;
- 2) причины заболевания находятся в нас самих, а не во вне. Они следующие:
  - а) непонимание цели, смысла и предназначения своей жизни;
  - б) непонимание и несоблюдение законов Вселенной;
  - в) наличие в подсознании и сознании пагубных мыслей, чувств и эмоций;

3) болезнь – это сигнал о нарушении равновесия, гармонии со Вселенной. Относитесь к своей болезни уважительно; примите свою болезнь и поблагодарите;

4) болезнь – это внешнее отражение наших пагубных мыслей, нашего поведения и наших намерений. Это подсознательная защита нас самих от нашего же разрушительного поведения или мыслей.

### Глава 3. РАЗРУШИТЕЛЬНЫЕ МЫСЛИ

Повторю еще раз, что наши болезни – это внешнее отражение наших мыслей и наших эмоций. Как вы уже поняли, мысль является универсальной формой энергии. И обладает как созидательной, так и разрушительной силой. Мы всегда должны помнить, что наши мысли обязательно материализуются, воплощаются в физическом мире. И именно наши (а не чьи-то) разрушительные мысли создают нам болезни и личностные проблемы и являются сигналом о том, что в нашем подсознании запущен механизм саморазрушения.

Многие из нас просто не подозревают, какая огромная сила скрывается в тех словах, которые мы произносим вслух или про себя. Мы не задумываемся над выбором слов – мы их произносим автоматически, то есть бессознательно. Мы когда-то выучили правила грамматики и теперь пользуемся ими, чтобы выразить в словах свои чувства, эмоции. Но нас не научили тому, что то, что мы облекаем в форму слов, затем возвращается к нам в виде соответствующего жизненного опыта. Помните пословицу: «Что посеешь, то и пожнешь».

Все знают о законах Природы в отношении энергии – энергия не может быть уничтожена, она может быть преобразована в другой вид. Поэтому, если вы посылаете кому-либо и чему-либо так называемые отрицательные или разрушительные мысли, то кто-то другой должен принять их. Ваш гнев и ненависть в конечном счете вернется к вам снова (подобное притягивает подобное), но большей силы, неся с собой еще и страх, печаль, депрессию и все виды стрессовых ситуаций. А это будет еще тяжелее вынести. И вы снова и снова будете стремиться избавиться от этих мыслей, посылая их кому-нибудь. И так это будет продолжаться до тех пор, пока этот замкнутый круг не будет разорван болезнью, или травмой, или самой смертью.

Далее я хочу показать, что так называемые плохие мысли вовсе не являются плохими, так как подсознание стремится с их помощью осуществить позитивные намерения. Такие, например, мысли и эмоции, как обида, ненависть, злость, жадность, ревность, зависть и другие, служат осуществлению определенных позитивных намерений. И тот человек, который пользуется ими, ни в чем не хуже праведника. То есть человек злой ни в чем не хуже человека доброго. Святой – не лучше убийцы. Перед Богом все равны! Просто эти агрессивные мысли по сути своей разрушительны, и если человек использует их в своей жизни, то тогда он должен взять на себя ответственность за те последствия, которые эти эмоции принесут с собой. Поэтому выбор остается за вами.

Так что же это за мысли и какие болезни они создают?

## ГОРДЫНЯ, ЭГОИЗМ

– Ты слишком серьезно к себе относишься, – медленно проговорил дон Хуан.

– И воспринимаешь себя как чертовски важную персону. Это нужно изменить! Ведь ты настолько важен, что считаешь себя вправе раздражаться по любому поводу. Насколько важен, что можешь позволить себе развернуться и уйти, когда ситуация складывается не так, как тебе хочется.

Возможно, ты полагаешь, что тем самым демонстрируешь силу своего характера.

Но это же чушь! Ты – слабый, чванливый и самовлюбленный тип!

Я попытался было возразить, но дон Хуан не позволил. Он сказал, что из-за непомерно раздутого чувства собственной важности я за всю жизнь не довел до конца ни единого дела.

Я был поражен уверенностью, с которой он говорит. Но все его слова, разумеется, в полной мере соответствовали истине, и это меня не только

разозлило, но и здорово напугало.

– Чувство собственной важности, так же как и личная история, относится к тому, от чего следует избавиться, – веско произнес он.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

В христианской религии это чувство относится к одному из смертных грехов. И надо сказать, не без основания. Именно гордыня,

чувство собственной важности, является причиной страданий и болезней, часто неизлечимых, а также смерти. Именно гордыня является источником всех пагубных мыслей и эмоций.

Ведь когда человек ставит себя выше кого-либо или ниже, то он начинает осуждать, презирать, ненавидеть, раздражаться, предъявлять претензии. Ощущение собственного превосходства над другими рождает высокомерие и желание унижить (словом, мыслью, поступком). Чувство собственной важности порождает огромную подсознательную агрессию, которая затем оборачивается против самого автора.

"Это чувство означает стремление человека поставить себя, свой разум, свою мудрость выше Вселенной, Бога, выше чего-либо или кого-либо в этом мире. Человек гордый никак не может и не хочет принять травмирующие ситуации в своей жизни, то есть те ситуации, которые не соответствуют его ожиданиям. У него есть свое понимание окружающего мира, и он считает, что именно оно является самым верным и самым лучшим. Он стремится подчинить себе окружающий мир, часто с помощью насилия. Поэтому любое несоответствие его представлениям о том, каким должен быть окружающий мир, вызывает в его душе всплеск агрессивных эмоций: злости, обиды, ненависти, презрения, зависти, жалости и др. А это, в свою очередь, приводит к различным болезням и смерти.

Гордыня – это ощущение внутреннего превосходства над другими или, наоборот, принижение себя. Это прежде всего результат непонимания своего истинного места во Вселенной, своего предназначения в этой жизни, отсутствия осознания цели и смысла жизни. Получается, что вся энергия уходит на прямое или косвенное доказательство своей правоты, на борьбу с окружающим миром. Представьте, что клетка начинает бороться со всем организмом и отстаивать свои интересы, не считаясь с интересами всего организма. Нужна ли такая клетка организму? Может ли клетка диктовать свои условия организму? Нет. Организм будет стремиться избавиться от нее, иначе такая клетка превратится в раковую.

В Библии по поводу гордыни есть замечательные строки:

«Придет гордость, придет и посрамление, но со смиренными – мудрость».

«Погибели предшествует гордость, и падению – надменность».

«Лучше смиряться духом с кроткими, нежели разделять добычу с гордыми».

«Перед падением возносится сердце человека, а смирение предшествует славе».

«Гордость очей и надменность сердца, отличающие нечестивых, – грех».

«За смирением следует страх Господень, богатство и слава, и жизнь».

«Гордость человека унижает его, а смиренный духом приобретает честь».

Как же избавиться от этого пагубного чувства?

Я уже писал о том, что любое поведение человека имеет свое позитивное намерение. Гордыня, как способ мышления и восприятия окружающего мира, тоже имеет позитивное намерение. Оно многогранно. Это и стремление к совершенству, и желание чувствовать себя спокойно и комфортно, и желание заявить о себе на весь мир.

Способ поведения

Гордыня

Позитивное намерение

Чувствовать свою уникальность, ценность и исключительность в этом мире. Осознать свое предназначение. Стремление к собственному совершенству и к совершенству окружающего мира

Каждый человек хочет чувствовать, что живет в этом мире не зря, что есть в его жизни какой-то смысл. Но чувствовать свою ценность и исключительность за счет возвышения над другими – это означает вынашивать в подсознании программу уничтожения других миров. Ведь если я лучше и выше, то другие хуже и ниже. Но на самом деле, на тонком уровне, мы все равны. Гордыня рождает самую высокую подсознательную агрессию, которая возвращается мощной программой самоуничтожения в виде травм, несчастных случаев, неизлечимых болезней и, наконец, смерти.

Важно осознать, что нет людей плохих или хороших, лучших или худших. Есть просто люди, а мы их делаем такими, какими ожидаем увидеть. Чем выше человек превозносит себя, тем ниже он падет. Чем лучше он хочет выглядеть для других, тем хуже о нем скажут.

Гордый человек – закрытый человек. Не желая принять мир другого человека, он делает свой мир бедным и убогим. И в конечном итоге это приводит к одиночеству и смерти.

Из своей врачебной практики я знаю, как много болезней возникает из-за гордыни и как важно избавиться от этого чувства.

Ко мне на прием пришла женщина средних лет с тяжелой депрессией. Болезнь сопровождалась сильной головной болью и неприятными ощущениями в теле. Практически все способы лечения она уже испробовала. Экстрасенсы и бабушки тоже не помогли.

На сеансе, находясь в трансе, она обратилась к своему подсознанию, чтобы выяснить причины болезни. Ответ, который она получила, был неожиданным для нее.

– Я вызвал болезнь, чтобы мучить тебя, – ответил подсознательный разум. – Я хочу, чтобы через мучения и страдания ты избавилась от гордыни, хвастовства, высокомерия и жалости к людям. Тогда люди перестанут тебе завидовать. Только избавившись от этих чувств, ты обретешь спокойствие.

Составьте для себя программу освобождения от гордыни. Для этого в первую очередь научитесь брать на себя ответственность за свою жизнь, за свою судьбу. Сразу отпадет потребность обвинять кого-то и себя в том числе.

Научитесь принимать любую ситуацию в своей жизни – без претензий и обид. И не просто принимать, а благодарить Бога, свой подсознательный разум за эти события, какими бы негативными на первый взгляд они ни казались. Все знают поговорку: «Все что Бог дает – к лучшему». Просто нужно научиться находить позитивные стороны в любой ситуации. Иногда они очевидны, иногда скрыты от нашего сознания, и часто понимание того, какой позитивный урок мы из нее извлекли, приходит позже.

Сразу после окончания школы я поехал в Ленинград поступать в Военно-медицинскую академию. Родители очень хотели видеть меня военным офицером и врачом, да и я сам был не против носить военную форму. Но от карьеры военного врача пришлось отказаться – не прошел медкомиссию. Но я не сожалел и не расстраивался и в том же году поступил в медицинский институт. И по прошествии нескольких лет я с благодарностью вспоминаю тех врачей в академии, которые «запороли» меня на медкомиссии.

Что такое принятие? Это глубокое понимание того, что мы живем в очень гармоничном и справедливом мире, и все происходящее с нами в жизни нужно принимать безоговорочно, без претензий и обид. Какая бы ситуация с вами ни произошла – примите ее как данную Богом. Пройдите через нее спокойно. Остановите свои мысли и подумайте – чем вы ее создали? Примените на практике те законы, о которых вы уже знаете: «Внешнее отражает внутреннее» и

«Подобное притягивает подобное». Какой важный и позитивный урок вы должны извлечь из этой ситуации?

Научиться принимать ситуацию – это искусство. В христианстве это называется смирением. «Ударили по одной щеке – подставь другую». Я долго не понимал смысла этой фразы. Многие люди не могут принять ее, потому что воспринимают буквально, не видя в ней скрытый смысл. Теперь я знаю, что она означает: на внешнем, на сознательном уровне можно выразить несогласие с ситуацией и стремиться ее изменить, но на внутреннем, на подсознательном уровне, то есть душой, эту ситуацию нужно принять без претензий и обид. «Не говори: «Я отплачу за зло»; предоставь Господу, и он сохранит тебя».

Наше сознание находится в роли наблюдателя и оценщика тех жизненных событий, которые нам преподносит наш подсознательный разум. Поэтому сознательно можно выражать недовольство, но подсознательно ситуацию необходимо принять. Мы сами создаем все события своей жизни. Внешнее можно изменить только тогда, когда мы меняем что-то внутри себя.

Научитесь прощать людей и принимать их такими, какие они есть. Фактически, прощая человека, вы прощаете себя. Помните, что каждый человек живет в своем мире и создает свой уникальный мир. Именно этим и определяется исключительность и уникальность каждого человеческого существа.

Представьте человеческий организм. В нем триллионы разных клеток. Что их объединяет вместе? Жизнь! Стремление к целому, то есть служение единому организму. На этом уровне все клетки равны между собой. Нет клеток лучше или хуже. Клетка сердца или головного мозга ни в чем не лучше клетки прямой кишки. Они не могут существовать друг без друга. Любой организм – это глубоко сбалансированная система. Все клетки связаны между собой.

Но при этом каждая клетка по-своему уникальна, так как осуществляет свои, специфические функции на благо всего организма. И если клетка прекрасно справляется со своими обязанностями, то получает от организма все, что ей необходимо.

На тонком подсознательном уровне каждый человек – это частица Вселенной. И не только человек, а любое живое существо, любой предмет. И здесь мы все равны. Все в этом мире объединяет одна общая цель – стремление к Целому, то есть к богу. Вселенной, Высшему Разуму. И каждый вносит свой уникальный вклад в общий вселенский процесс развития. Все мы идем в одном направлении, но

каждый своей дорогой. Очень важно, чтобы человек почувствовал свою ценность, важность и уникальность в этом мире, но не за счет возвышения над другими потому что каждый человек и предмет важен по-своему, а за счет осознания своей уникальности в едином организме Вселенной.

Отдыхая на море, я люблю встречать утром первые лучи солнца и провожать его вечером. Вроде бы одно и то же действие, но каждый раз воспринимается по-новому.

Однажды, встречая рассвет, я стоял у самой воды и долго смотрел на ту солнечную дорожку, которая протянулась от солнца к моим ногам. Зрелище завораживающее. Солнечные блики и шум моря притягивают и гипнотизируют. Так и хочется пойти по ней к самому солнцу. И только что-то внутри останавливает сделать это. Наверное, привязанность к этому миру и страх что-то потерять.

Потом я прошел несколько метров вдоль берега и снова посмотрел на солнце. Дорожка по-прежнему была у моих ног.

Недалеко от меня были другие люди, которые тоже встречали рассвет. Глядя на них, я подумал о том, что перед каждым есть такая же солнечная дорожка. И каждый ее воспринимает по-своему.

Так и в жизни. Каждый идет своей дорогой. А цель у всех одна. // каждый, в конце концов, приходит к тому, что искал. Искал интуитивно, подсознательно, проходя через определенные жизненные уроки. И единственное, что человек всегда имеет при себе на этом пути и с чем он заканчивает свой путь, – это его личная жизненная история, судьба.

Я думаю, что если бы люди научились принимать без агрессии все жизненные ситуации и воспринимать события как уроки, а не как стрессы, учиться на них, то есть в любой ситуации делать позитивные выводы, то жизнь была бы прекрасна.

Есть одно хорошее упражнение, которое я рекомендую проделывать регулярно[2].

Сядьте поудобней, расслабьтесь, успокойтесь. Остановите свой разум, внутренний диалог. Мысленно поместите перед глазами ровное светящееся поле светло-синего цвета. Теперь представьте себе, что вот такой светло-синий свет наполняет вас изнутри, постепенно становясь все ярче и светлее. И в этот момент мысленно обратитесь к Высшей Силе, Богу. Не важно, верите ли вы в Бога или в Космический Разум, любое представление о разумном начале Вселенной достаточно для такого обращения. Обратитесь к этим Высшим Силам с необычной просьбой. Не просите для себя каких-то благ, пусть даже

не материальных, а духовных. Просто попросите эту силу войти в вас, направлять вас, делать с вами то, что гармонично для Вселенной. Просите об одном – помочь вам найти то единственное место в гармонии Вселенной, которое вам предназначено. Стать именно таким, каким вы самым лучшим образом впишетесь в систему Мира. Достигнуть того совершенства, мира и покоя, которое позволит вам познать истинное счастье и свободу.

Если в момент такой молитвы или сразу после нее вам захочется подвигаться или посидеть в какой-то непривычной позе, а может быть, просто походить, дыша особым образом, или даже танцевать – не сопротивляйтесь. Это продолжение вашей медитации, динамическая ее часть. Вселенная может отозваться на вашу готовность к сотрудничеству через ваше тело.

Люди, которые довольно часто практиковали подобные медитации, по словам специалистов, могут в точности копировать упражнения и элементы различных систем гимнастики, дыхательные упражнения – все, что найдено было человеческой мудростью за долгие века поисков совершенства духа через совершенство тела.

В Библии, в Новом Завете, есть такая молитва, которая нейтрализует гордыню самым лучшим образом, – это «Отче наш». Читайте ее каждый день, но читайте не бездумно, а стремитесь понять ее смысл.

*Отче наш, Иже еси на Небесех!  
Да святится имя Твое;  
Да придет Царствие Твое; да будет воля Твоя, яко на небеси и на земли.  
Хлеб наш насущный даждь нам днесь;  
И остави нам долги наша, якоже и мы оставляем должникам нашим;  
Не введи нас во искушение, но избави нас от лукавого; ибо Твое есть Царствие и сила и слава во веки.  
Аминь.*

Есть и еще одна сторона гордыни, которая часто остается незамеченной, даже для религиозных деятелей. Ведь гордыня – это не только высокомерное отношение к окружающему миру, порождающее агрессию, направленную вовне, но это еще и принижение себя самого, неправильное отношение к себе самому, также порождающее агрессию. Различные религиозные школы учат правильному отношению к другим людям, к окружающему миру, но мало уделяют внимания правильному отношению к самому себе. Многие в их учениях основано на чувстве вины, страхе и наказании за грехи. Они учат

любить Бога, Первопричину всего сущего, а любовь к Богу начинается с любви к себе, как частице Бога. Ведь Бог находится в душе каждого из нас. И если человек, например, ругает себя за какое-то действие, то он ругает Бога, а это уже проявление гордыни. «Возлюби ближнего своего, как себя самого» – так учил Иисус Христос. Поэтому постигать окружающий мир и вселенские законы нужно с изменения отношения к самому себе, а через самоизменение и самосовершенствование – и к окружающему миру.

## КРИТИКА, ПРЕТЕНЗИИ И НЕДОВОЛЬСТВО

Вынь прежде бревно из твоего глаза, и тогда увидишь, как вынуть сучок из глаза брата твоего.

Евангелие от Матфея

Критика – это оценка и выявление недостатков чего-либо, это отрицательное суждение о ком-чем-ни-будь. Критика – это одна из производных от гордыни.

Люди, которые постоянно кого-то критикуют или ругают, хотят, чтобы другие соответствовали их представлениям о мире и морали, о жизни. Они думают, что их мнение самое правильное. Но они ошибаются. Такие люди просто забывают или не знают, что живут только в своем мире. И своими критическими мыслями они выражают несогласие с миром другого человека. На тонком подсознательном или энергетическом уровне они атакуют других людей, а значит, другие миры.

Претензии можно предъявлять к кому угодно: к близким, к правительству, к себе, к прошлому, к судьбе, к Богу. Эти мысли запускают программу уничтожения того, к чему они направлены. Соответственно в вашем подсознании запускается ответная программа самоуничтожения.

Но скажите, кто давал им такое право – вмешиваться в чужую жизнь, в чужой мир?

Недовольство, претензии к окружающему миру могут привести к серьезным заболеваниям.

Известно, что у тех, кто имеет склонность к критике, часто болят суставы и горло. Ревматизм – это болезнь людей, которые постоянно выражают претензии и недовольство, критикуют себя и других. Это

от того, что такие люди непреклонны, жестки в своих суждениях и не принимают чужого мнения. Чувство собственной важности раздуто у них до невероятных размеров.

На приеме у меня сидит мужчина с очень серьезным заболеванием. В ходе нашей беседы он неоднократно ругает правительство, законы. В его словах и голосе – раздражение, гнев и злость. И причина его заболевания – эти же самые эмоции.

Вот так люди отстаивают с пеной у рта свои убогие модели мира, критикуя и ругая всякого. Тем самым они создают себе заболевания, проблемы в жизни, но многие даже перед лицом смерти не хотят отказаться от своих давно устаревших принципов. В чужом глазу замечают сучок, а в своем... Неужели с помощью претензий и недовольства можно что-то изменить? «Вынь прежде бревно из твоего глаза, и тогда увидишь, как вынуть сучок из глаза брата твоего».

Критика, как и любое другое поведение, имеет свои позитивные намерения. Когда мы критикуем какого-то человека, мы хотим, чтобы он стал лучше, чтобы изменил свое поведение. Когда мы критикуем государство, то хотим, чтобы оно было совершеннее. Наши намерения прекрасны.

Способ поведения

Позитивное намерение

Критика

Недовольство

Претензии

Желание изменить (человека, государство, мир); сделать что-то или кого-то лучше; стремление к совершенству. То есть, в конечном счете, стремление жить в гармоничном мире с прекрасными людьми

Намерения хороши, но хороши ли способы для их осуществления?

Во-первых, вы живете в своем уникальном мире, но и мир другого человека также уникален. Пытаясь изменить другого человека, вы его буквально атакуете на информационно-энергетическом уровне. Выражая свое недовольство его поведением, вы нападаете на него. Фактически своей агрессией вы разрушаете на энергетическом уровне другие миры. А агрессия вызывает ответную агрессию.

Рассмотрим пример. Если вас что-то не устраивает в другом человеке (например, поведение жены/мужа), то вы стремитесь изменить

ситуацию. Выражаете свое несогласие и недовольство, критикуете, то есть пытаетесь оказать на этого человека воздействие. На подсознательном уровне зарождается агрессия. Начинается нападение, атака. Другой человек вынужден защищаться – возникает ответная агрессия.

Женщина, муж которой выпивает, без его ведома подмешивает в его питье или пищу зелье. При этом никто не разбирается в причинах алкоголизма. Мало того, сама женщина не хочет брать на себя ответственность за свою жизнь, то есть она не желает разобраться, каким своим поведением она привлекла в свою жизнь такого мужчину. Таким образом совершается откровенное насилие над миром другого человека. А потом она удивляется, почему муж бьет ее.

Другой пример. Девушка влюбляется в мужчину. Приходит к бабушке, и та дает ей заговор «на любовь» или «заветную травку», чтобы приворожить возлюбленного. Она читает заговор несколько раз, совершает другие колдовские обряды и «получает» любимого мужчину. Но проходит время, и жизнь с ним становится невыносима. А потом эта девушка никак не может наладить личную жизнь. И все потому, что изначально эта женщина совершила насилие над миром другого человека, а значит, ничего хорошего не получит. Эти все вещи настолько очевидны, что я удивляюсь, как до сих пор некоторые пользуются приворотами, наговорами, наведением порчи. Ведь рано или поздно это возвращается болезнями, несчастьями, страданиями.

Во-вторых, мы сами создаем свой мир, а значит, притягиваем в свою жизнь определенных людей и ситуации. Какое же мы имеем право критиковать других? Если вам что-то не нравится в другом, то загляните внутрь себя – это поведение есть у вас. Ведь подобное притягивает подобное. Внешняя ситуация – это отражение наших убеждений, наших мыслей. Поэтому, выражая несогласие с кем-либо, вы идете против самого себя.

Если вы хотите изменить другого человека, не меняя себя, то у вас ничего не получится. Не стремитесь менять своего ближнего. Но если вас в нем что-то не устраивает, то ищите причину в себе.

Все очень просто. Выражая недовольство окружающим миром (а окружающий мир – это ваш мир), вы выражаете недовольство по поводу самого себя. Направляя агрессию на окружающий мир, вы направляете агрессию на самого себя, запуская тем самым механизм саморазрушения.

Если вы хотите изменить другого человека, то начните с себя.

Меняйте свое поведение, и тогда этот человек будет вынужден по-новому реагировать на вас. Если вы хотите, чтобы государство или мир, в котором вы живете, были совершеннее, то прекратите их критиковать и выражать недовольство. Как вы понимаете, это не приведет ни к чему хорошему, а скорее наоборот. Если вы кого-то критикуете, то не ждите от него ничего хорошего.

И в этом случае также начинайте с себя. Создайте пространство любви, гармонии вокруг себя. Изменяя свой мир, свое личное маленькое государство, свою систему мышления, вы сделаете позитивный вклад в общую модель, во всю Вселенную. Ведь вы – часть целого.

Как же избавиться от такого разрушительного поведения?

Берите на себя ответственность! Ваш мир – в ваших руках. Глупо и бесполезно, и даже опасно кого-то обвинять и ругать. Начните с себя. Меняйте свои мысли и свое поведение – и окружающий мир изменится. Новые мысли создадут новые ситуации.

Научитесь принимать! Принимать других людей, другие миры, системы, модели. Будьте гибки в своем мышлении и поведении. Учитывайте все точки зрения. Ведь не только ваш мир уникален, но и мир другого человека уникален тоже. Все идут к одной цели. Только у каждого свой жизненный путь.

Уважайте других! Так устроен мир, что любой человек, который встречается вам в жизни, несет для вас какую-то важную и ценную информацию, откровение. Только люди часто из-за своей гордыни не замечают этого. Будьте внимательны и чутки! Проявляя неуважение к другим, вы не уважаете прежде всего себя.

Научитесь уважать людей, с которыми живете и работаете; политическую систему, законы и само государство, в котором живете.

Помните – мир другого человека, его чувства священны и неприкосновенны. Никогда не пытайтесь менять других людей. Уважение к окружающему миру – залог вашего благополучия!

Научитесь одобрять и хвалить! Стремитесь замечать в людях только хорошее, позитивное, полезное. Помните, что в каждом человеке есть любые качества. И если ваши помыслы чисты, то и люди покажут вам свои лучшие стороны.

Восхищайтесь! Восхищайтесь людьми, окружающим миром. Помните, что не только вы уникальны, но и другие люди также уникальны.

В связи с этим мне вспомнился разговор с одной моей пациенткой. У нее были проблемы с начальником. Он вечно критиковал ее,

выражал недовольство ее работой, нагружал дополнительной работой, задерживал зарплату.

Я спросил ее, как она относится к нему сейчас.

– Я его терпеть не могу, – ответила женщина.

– А как вы пришли к этому?

– Он сразу начал ко мне плохо относиться, а потом еще хуже.

– А когда вы впервые узнали о том, что он «плохой»? – спросил я ее. – Может быть, это было еще до общения с ним?

– Ну да. Когда я пришла впервые на свою работу, одна сотрудница, которую я хорошо знала, начала мне рассказывать о том, какой ужасный у них начальник. И я ей как-то сразу поверила.

– То есть у вас сформировалось мнение о нем еще до того, как вы его увидели? – спросил я ее.

– Конечно, – согласилась пациентка. – Вы хотите сказать, что это я сама создала его негативное отношение ко мне?

– Вот именно.

– Пожалуй, доктор, вы правы. У нас есть одна сотрудница, которая состоит с ним в прекрасных отношениях. Когда мы ее спрашивали, как ей это удастся, она отвечала нам, что он ей нравится как мужчина и руководитель. Мы тогда смеялись над ней, потому что он маленький, толстенький и лысый. Это не мой идеал мужчины.

– Вот вы и начните прямо с сегодняшнего дня искать в нем прекрасные качества. Я уверен, что их много. Они есть в каждом человеке. Начните его любить и уважать. Цените его как руководителя и человека. При общении с сотрудницами всегда одобряйте его и обязательно показывайте им, за что вы его одобряете. Ни в коем случае не будьте лицемерны при этом. Говорите все от чистого сердца.

Через месяц мы снова встретились с ней. Изменения на работе были поразительными: прекрасные отношения с начальником и сотрудницами, повышение зарплаты, новая должность.

## ОСУЖДЕНИЕ

Не судите, да не судимы будете.

Ибо каким судом судите, таким будете судимы;

и какою мерою мерите, такою и вам будут мерить.

Евангелие от Матфея

Когда вы критикуете, то просто выражаете недовольство и несогласие с кем-либо или с чем-либо. Вы считаете, что ваше мировосприятие самое правильное. Осуждение гораздо опаснее. Оно проникает глубже в подсознание и приводит к более серьезным заболеваниям.

Один пациент постоянно болел венерическими заболеваниями.

Причина была в нем самом. Если какая-либо женщина отказывалась с ним переспать, то он успокаивал себя такой мыслью: «Если она не хочет со мной спать, то это значит, что Бог оградил меня от встречи с ней – наверное, она больная». Ему и в голову не приходило, что женщина не хочет идти с ним потому, что он просто не в ее вкусе, – себя-то он считал неотразимым мужчиной. Но мысль уже была послана в эфир. И если женщина была здорова, то его мысли возвращались к нему в виде болезни.

«Не судите, да не судимы будете...»

Осуждая человека, мы приписываем ему то, что есть в нас самих. Ведь мы общаемся не с самим человеком, а с тем образом, который мы уже создали в своем подсознании.

Давайте представим такую ситуацию. Вы не виделись давно с приятелем. За прошедшее время он, быть может, сильно изменился, но в нас еще действует старый образ. Он-то и управляет ситуацией.

В последнее время я пришел к выводу, что нет людей плохих или хороших. Есть просто люди, разные люди. Это мы их делаем плохими или хорошими – делаем своими мыслями. А потом расплачиваемся за это. Каждый создает свой мир сам. Мы притягиваем именно то, что сами из себя представляем. Когда я стал менять свои мысли, то мне в жизни стали встречаться исключительно доброжелательные люди, везде – в транспорте, на рынках, в государственных учреждениях.

Если мы осуждаем кого-либо, то вскоре сами становимся такими же.

У нас с женой есть укромное местечко на Южном берегу Крыма.

Мы часто там бываем. Однажды мы решили очистить его. Собрали два больших пакета с мусором. И когда стали уходить, то жена уронила свой пакет. Мусор высыпался, бутылки разбились вдребезги, и мелкие осколки разлетелись по пляжу.

– Скажи мне честно, – спросил я ее, – о чем ты думала, когда собирала мусор?

– Я злилась и осуждала тех людей, которые оставляют мусор там, где сами же отдыхают. Теперь я все поняла. Нельзя осуждать людей.

Просто есть люди, которым нравится отдыхать в грязи, вот они и загрязняют все вокруг. Мне же нравится отдыхать в чистом месте, поэтому я очищаю это место и должна делать это без агрессии.

Я могу высказывать свое мнение или суждение о человеке. Это будет только мое мнение. Но я не должен судить или осуждать его. Воспринимайте окружающий мир и каждого человека как бесконечную тайну, загадку. И себя воспринимайте так же. И стремитесь разгадать эту тайну.

Осуждение – это производная от гордыни, эгоизма. И имеет такое же позитивное намерение, как и критика. Люди осуждают друг друга или общество для того, чтобы они стали лучше.

Способ поведения

Позитивное намерение

Осуждение

Желание изменить (человека, государство, мир); сделать что-то или кого-то лучше; стремление к совершенству. То есть в конечном счете стремление жить в гармоничном, справедливом мире с прекрасными людьми

Намерения хороши, но способ плохой. Прежде чем осуждать кого-либо, подумайте, а есть ли гармония в вашей душе? И стоит ли привлекать в свою жизнь и в жизнь своих детей неприятности и болезни?

Как же действует осуждение и какие последствия оно дает? Если мы осуждаем человека, то подсознательно запускаем программу уничтожения этого человека, которая потом возвращается к нам ответной агрессией и разрушением. На информационно-энергетическом уровне мы получаем ответный «удар» в виде какой-то неприятной ситуации или заболевания.

На приеме у меня мужчина с жалобами на депрессию, тревогу, страхи, нежелание жить. Причина – сильнейшая ненависть к соседу и соседке по даче и их осуждение. Несколько месяцев назад, перед развитием заболевания, у них был конфликт из-за нескольких метров земли.

Чем более духовен человек, тем более опасно его осуждение. И опасно прежде всего для него самого.

Если вы осуждаете группу людей, то идет мощная ответная агрессия не только на вас, но и на ваших детей. Ведь дети несут ответственность не только за действия, но и за мысли своих родителей. А взрослые несут ответственность за своих детей.

Одни люди осуждают наркоманов и преступников, другие – гомосексуалистов. Многие – целые народы и государства. Ведь еще совсем недавно наш народ с самого детства учили осуждать и ненавидеть капитализм. И теперь многим поколениям придется отрабатывать такое отношение отцов и дедов. А как часто старшее поколение осуждает правительство, не понимая того, что наше правительство отражает нас самих, наше коллективное подсознание, и потому является самым лучшим для нас.

Мужчина в троллейбусе громко и возбужденно доказывает что-то сидящей напротив него женщине:

– Знакомый пенсионер уехал в Германию, Западную. Письмо прислал. Пишет, что ему там выплачивают очень приличную пенсию, операцию сделали на глаза бесплатно.

– Так что же вы хотите? – спрашивает женщина.

– Что? Мне обидно, – говорит мужчина со злостью. – Вы только подумайте. Он всю жизнь проработал на Советский Союз, который победил фашистскую Германию во Второй мировой. Здесь ему пенсию не всегда вовремя выплачивали. А приехал в Германию – там ему выплачивают пенсию и лечат бесплатно. Где логика? Где логика, я вас спрашиваю? Разве в такой стране и с таким правительством можно нормально жить?

Логика очень проста. Любая мысль работает. Хорошая – на вас, плохая – против вас. Я бы даже сказал, что любая мысль работает на вас – и хорошая и плохая. Просто хорошие, созидательные мысли дают приятные переживания, а негативные мысли создают такие ситуации, на которых нужно учиться позитивно мыслить.

Есть люди, которые осуждают все человечество, считая его несовершенным и греховным. Дети таких родителей просто нежизнеспособны, так как в них программа уничтожения всего человечества усиливается во много раз. Агрессия родителей отражается на детях. Такие родители даже не подозревают о том, что своим осуждением они убивают своего ребенка, калечат его душу.

– Доктор, – сказала мне участница моего семинара, – после прочтения ваших книг я стала меняться и замечаю, как меняются мои близкие люди. Но вот только с мамой пока получается плохо. Недавно, – продолжала она, – моя мама приехала ко мне с моим младшим братом. Я не могу с ней долго общаться. От нее столько исходит агрессии! Представьте, она смотрит телевизор, какую-то передачу, и ее всю буквально выворачивает от злости: «О, посмотрите на этого придурка, кто его выпустил. А это быдло куда лезет». И это еще

«цветочки», – продолжает она, – вы не слышали других ее высказываний. Я теперь понимаю, почему у моего младшего брата ДЦП.

Другие примеры. Женщина, осуждающая алкоголиков, получает сына-алкоголика. Родители, осуждающие и ненавидящие безнравственных и непорядочных людей, получают сына-наркомана, алкоголика или преступника. Мужчина, презирующий женщин, становится импотентом. Женщина, презирующая мужчин, имеет болезни матки или бесплодие. И т. д.

Осуждение на подсознательном уровне действует медленно, но верно, а потому дает тяжелые так называемые неизлечимые заболевания. Чаще это онкология, наркомания и алкоголизм.

Получается, что болезнь блокирует подсознательную программу разрушения. Но не Вселенная и не Бог дают нам эти болезни в наказание, а мы сами их создаем в себе своими мыслями, словами и поступками. Измените свои мысли – и болезнь будет не нужна!

Часто приходится слышать от пациентов: – Доктор, вот вы мне объясните такой факт. Соседка – алкоголичка, и пьет каждый день, и курит, и мужиков разных в дом приводит, а болезней физических никаких – здоровая такая, мощная баба. А я не пью, не курю, жене не изменил за всю жизнь ни разу – так за что мне такие тяжелые болезни?

– А вы осуждаете эту соседку? – спрашиваю я его.

– А как же. Ведь она ведет такой паразитический образ жизни. Какая польза от нее обществу? Один вред.

Так вот именно за свое осуждение вы и страдаете. От таких людей, как вы, которые готовы осуждать всякого за его безнравственное поведение, и есть самый большой вред не только для общества, но и для всей Вселенной. Потому и болезни ваши очень серьезны и смертельно опасны – чтобы не дать вашей подсознательной программе разрушения действовать дальше. Соседка ваша тоже болеет. Болезнь ее – алкоголизм. Болезнь эта разрушает психику. Она страдает по-своему. Но она выпила водочки – и приглушила свои страдания. А вы своими мыслями готовы уничтожить целую группу людей. Помните, как в годы советской власти уничтожали миллионы людей только за то, что они не соответствовали определенным идеалам, а теперь эти идеалы в этой стране разрушены. Каждый человек – это частичка Вселенной и выполняет здесь, на Земле, свои функции. Так кто опасней для Вселенной?

– Так что же, вы предлагаете любить всех негодяев?

– Я не одобряю их действий, но и не осуждаю. За каждым преступником, подлецом и негодяем стоит прежде всего человек, то есть частица Вселенной, Бога. И если они существуют в этом мире, значит, для чего-то нужны. Осуждая их, вы идете против самого Бога, Вселенной. Научитесь принимать любую ситуацию.

Научитесь уважать других людей, кем бы они ни были. Вы просто не имеете права осуждать других людей. Пусть этим занимаются соответствующие государственные структуры. Наведите сначала порядок в своем мире, в своей жизни, прежде чем судить других.

«...Ибо каким судом судите, таким будете судимы; и какою мерою мерите, такую и вам будут мерить».

На приеме у меня сидит мужчина с серьезным заболеванием.

Причина его болезни – гордыня и, как одна из ее производных, осуждение и презрение к людям.

– Я не понимаю, доктор, – говорит он раздраженно, – как можно не осуждать некоторых людей. Вот возьмите, например, преступников, убийц. Их что же, любить надо?

– Да! Но любить и принимать их надо не за их действия, а за то, что каждый из них является частицей Бога и, следовательно, выполняет в этом мире для Вселенной какую-то функцию. Представьте человеческий организм с его иммунной системой. Есть в организме клетки-убийцы – фагоциты. Они защищают организм от чужеродных агентов и уничтожают собственные больные клетки, очищая весь организм. Скажите, эти клетки нужны человеку? И оправданны ли их функции? – спрашиваю я его.

– Конечно, – отвечает пациент.

– Вот так и убийцы. Они очищают этот мир от тех людей, у которых зараженное мышление, мировоззрение, опасное для всей Вселенной.

– Постойте, – не соглашается мужчина, – а как же дети? В чем они виноваты?

– А дети и не виноваты. Они наследуют от своих родителей подсознательную программу поведения.

Причем их подсознательная агрессия по сравнению с родителями со временем усиливается в десятки раз.

Вот и приходится Богу останавливать эту программу еще в зародыше, пока она не развернулась.

– И это, по-вашему, справедливо? – не успокаивается пациент.

– Конечно, – отвечаю я. – Лично я верю в справедливость Высшего Разума. Просто вы пытаетесь эти события оценить с точки зрения своей модели мира.

Но модель каждого человека далека от Истины. Принимайте не разумом, а душой. Научитесь отключать разум в критических ситуациях, и тогда придет понимание.

Кстати, судьи, следователи и прокуроры должны быть беспристрастны. Они должны просто следовать букве закона, но внутри, в душе, ни в коем случае не осуждать и не обвинять.

## ПРЕЗРЕНИЕ

Если мы откажемся от эгоизма, то двери для нас распахнутся, и тайное станет явным.

Парацельс. Оккультная философия

Презрение – это глубоко пренебрежительное отношение к кому-чему-нибудь, полное безразличие. Оно имеет такие же позитивные намерения, как критика и осуждение.

Способ поведения

Позитивное намерение

Презрение

Желание изменить окружающий мир, людей. Желание избавиться от безнравственных и не порядочных людей, от бедных и некрасивых. Чтобы мир стал красивее, чище, лучше и гармоничнее. Желание жить в прекрасном, чистом и гармоничном мире, с хорошими людьми

Презрение идет всегда рядом с осуждением. Сначала критика и недовольство, затем осуждение, потом презрение. Крайняя форма – ненависть, потом следует безразличие. Получается такая цепочка: критика и недовольство – » осуждение – » презрение – » ненависть – » безразличие.

Если в вашем подсознании есть презрение и осуждение, то этими чувствами и эмоциями вы будете притягивать в свою жизнь не порядочных и низменных людей. Все эти люди потому и существуют в вашем мире. Вы их не просто притягиваете, вы их буквально создаете. Нет людей плохих или хороших, возвышенных или низменных – мы

сами их делаем такими. Презрение – крайне опасная для человека эмоция.

Получается, что, презирая человека, мы хотим, чтобы он ушел из нашей жизни навсегда. Мы не принимаем его. Но ведь это наш мир. И этот человек – это отражение наших чувств и эмоций. Презирая его, мы разрушаем себя. А если презрение направлено на целую группу людей, то страдаем не только мы, но будут страдать и наши дети.

Презирать можно за что угодно и кого угодно.

Порядочный и нравственный презирает человека, совершающего безнравственные поступки. Такой человек ставит свою порядочность и нравственность выше всего.

Умный презирает глупого. И наоборот.

Пуританин – проститутку.

Богатый – бедного.

Красивый – уроды.

Чистый – грязного.

Здоровый – больного. И наоборот.

Не забывайте, что наш мир дуален (двойственен). И пока будут существовать люди, зацепленные за порядочность, будут хамы и наглецы. Пока есть пуритане – будут проститутки. Пока есть богатые – будут бедные. Если вы зацеплены за красоту – вы привлекаете в свою жизнь уродство.

Помните, как написано в «Собаке на сене»:

Ведь красота всегда надменна!

Да, но красива ли надменность?

Вселенная вам дала какие-то качества во временное пользование. Дала потому, что они вам необходимы. Получили красоту от Бога – пользуйтесь на здоровье. Она вам нужна. Получили ум – используйте на благо себе и людям. Если вам что-то дано, а у других этого нет, то это означает, что им Бог дал другое, чего нет у вас. Каждый живет в своем мире. Каждый проходит свой жизненный путь. И каждый человек по-своему прекрасен.

Хотите избавиться от непорядочных и безнравственных людей – меняйте свои мысли. Прекращайте осуждать и презирать, делить мир на хорошее и плохое.

Есть просто люди, а мы их делаем такими, какими хотим видеть. И если в вашей жизни постоянно попадают хамы и негодяи, то

причина скрыта в вас самих. Вы верите в то, что этот мир несправедлив и негармоничен. Но ведь это ваш мир и ваша жизнь. Начните привлекать в свою жизнь именно таких людей, какие вам нравятся.

Научитесь видеть в людях прежде всего самих людей, а не ваш образ этого человека, который соответствует вашим мыслям и чувствам. Деление людей на плохих и хороших будет вам только мешать.

Избавиться от желания критиковать, осуждать, презирать очень просто. Для этого нужно понять, что Вселенная очень гармонична и справедлива. И каждому воздается по заслугам, то есть по вере и мыслям его. Не стремитесь изменить Вселенную. Меняйте только свой мир. Справедливости и гармонии нет прежде всего в вашем мире. Если вы измените свой мир, то внесете свой позитивный вклад в целый организм.

Люди хотят в своей жизни спокойствия, счастья, гармонии. Это высшие, божественные чувства. Каждый человек стремится к этому, но у каждого свой путь.

Мы сами создаем свой мир, свою жизнь. Как только вы начинаете критиковать и выражать недовольство – насторожитесь! Из вашей жизни уходит гармония и спокойствие. Если вы начинаете осуждать и презирать – вы в опасности! И чем большее количество людей вы осуждаете и презираете, и чем сильнее вы это делаете, тем большая угроза нависла над вами. И не только над вами, но и над вашими детьми. И часто это смертельная опасность.

## НЕПРИЯЗНЬ

Никто не может выбрать в жизни все хорошее и удалиться от всего плохого.

Менандр

Неприязнь – это недоброжелательное, враждебное отношение к кому– чему–нибудь. Представьте брезгливого человека? Он испытывает отвращение к нечи стоплотности, везде ее подозревает. Он любит чистоту. Он хочет жить в чистом мире и в прямом, и переносном смысле.

Способ поведения

Позитивное намерение

Неприязнь

## Брезгливость

Жить в чистом, прекрасном мире

Но получается, что стремление к чистоте осуществляется через неприятие чего-либо: грязи, поведения, отношений, законов, государства, вплоть до их уничтожения. Сильная агрессия направленная на внешний мир, отражаясь, возвращается обратно, порождая серьёзные заболевания: онкологию, кожные болезни, часто псориаз, алкоголизм, наркоманию, язву желудка.

На приеме у меня сидит мужчина средних лет. У него сразу две проблемы: псориаз и алкоголизм. Установив контакт с подсознанием, мы выясняем, что причина одна и та же – неприязнь, брезгливость. Он мне очень долго перечисляет, чего он не любит в жизни. Начинает он с женщин.

– Вы знаете, доктор, – говорит он с явной брезгливостью, – не люблю жирных и потных женщин. Не люблю теплое пиво. Не люблю наших грязных улиц. Не люблю предательства и хамства, подлости и лести... И много еще чего не люблю.

– А что же вы любите? – спрашиваю я его.

– Люблю, чтобы все было «чисто». Но почему-то все время сталкиваюсь с «грязью».

– Получается, что вы заиклены на чистоте внешней, но все ли у вас «чисто» внутри? Раз вы притягиваете «грязь» в свою жизнь, значит, у вас есть «грязь» внутренняя. Нечисты прежде всего ваши мысли. В вас много негативных мыслей, которые создают «нечистоплотные» ситуации и ваши болезни. /7 пьете вы, получается, для того, чтобы мир казался чище. Чтобы принять его хотя бы на то короткое время, пока действует хмель.

– Да, это действительно так, – соглашается он. – Когда я выпивал, высыпаний на коже становилось меньше.

Очень важно понять, что в этом мире все прекрасно и чисто уже изначально. В нем нет ничего грязного. Бог все создал чистое и святое. Если вы воспринимаете какую-то «грязь», то только потому, что грязны ваши помыслы. Вселенная, Реальность совершенна. Несовершенной является ваша модель этой Реальности. Каждый человек сам создает свой мир. Внешняя «грязь» – это отражение «грязи» внутренней.

Начните воспринимать окружающий мир как чистый мир. В этом мире живут чистые люди, потому что каждый человек – уникален. У каждого свое мировоззрение, свой мир. И у меня нет права осуждать мировоззрение других людей. Начните принимать каждого человека на этой планете таким, каков он есть на самом деле, как частицу Бога.

Если вы хотите жить в чистом и прекрасном мире, то начинайте с себя. Делайте чистым свой мир. Очищайте свои мысли, свою подсознательную программу поведения от агрессии. Соедините внешнюю чистоту (чистое тело одежда, постель, чистота в доме, чистота в отношениях с другими людьми) с чистотой внутренней (чистые помыслы). Общаюсь с другими людьми, используйте чистые помыслы и принимайте мировоззрение других людей. Каждый человек живет в своем мире. Уважайте мир другого человека.

## НЕНАВИСТЬ

В своей первой битве силы я встретился в тумане со своими врагами.

Но у тебя врагов нет. Тебе не свойственно ненавидеть людей.

А во мне это было. Моя ненависть к людям была для меня способом потакать своей слабости.

Теперь этого нет. Я победил в себе ненависть, но в той первой битве силы она меня почти разрушила...

Сила – штука очень странная, волшебная. Чтобы в полной мере ею обладать и повелевать, нужно сперва обзавестись некоторым количеством силы, достаточным для начала.

Можно, однако, сделать и по-другому: понемногу накапливать силу, никак ее не используя до тех пор, пока не наберется достаточно, чтобы выстоять в битве силы.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Ненависть – это крайнее проявление неприятия. Давайте разложим слово «ненавижу» на составляющие – не – на – вижу. Получается, что, ненавидя, мы мысленно избавляемся от человека: «Я тебя уже не вижу». То есть тебя уже нет. Как часто мы говорим: «Глаза б мои тебя не видели» или «Видеть тебя не хочу». То есть не желание видеть человека – это тоже ненависть. Есть еще одно проявление ненависти – безразличие и равнодушие. Это та же самая ненависть,

только подавленная. Если у вас есть к кому-нибудь чувство безразличия, то это значит, что когда-то вы ненавидели этого человека, но не простили не поблагодарили его и не осознали, чем вы его привлекли в свою жизнь. И теперь эта ненависть в виде безразличия сидит глубоко в подсознании и отравляет вашу жизнь.

Ненависть на энергетическом уровне – это не просто пожелание смерти, а это уже убийство. В первом послании от Иоанна Богослова говорится: «Всякий, ненавидящий брата своего, есть человекоубийца...» И такая программа разрушения обязательно разворачивается против самого автора и превращается в программу самоуничтожения.

Ненависть приводит к очень серьезным болезням. Прежде всего она «бьет» по голове и глазам. Эпилепсия, болезнь Паркинсона, параличи, травмы головы и травмы вообще, мигрени, болезни глаз, опухоли, тяжелые кожные заболевания могут быть следствием ненависти. Фактически, люди уничтожают друг друга на подсознательном уровне, а потом удивляются, почему в мире так много насилия.

Характер проблемы или болезни зависит от силы и направления ненависти.

Например, если мужчина ненавидит женщину, то страдает его «мужское достоинство». Все очень просто. Ведь в каждом человеке есть мужское и женское начало Вселенной. И, направляя свою ненависть на женщину, мужчина разрушает себя.

Мужчина страдает течение нескольких лет от простатита.

Уже появляется половая слабость. Никакие лекарства и процедуры не помогают. А причина болезни в его ненависти и презрении по отношению к жене, в его желании отомстить ей за ее измену.

Если женщина презирает и ненавидит мужчину, то получает «удар» по своим половым органам.

Жена долгое время обижается и ненавидит мужа за его безнравственное поведение, за оскорбления. Через некоторое время у нее обнаруживают опухоль матки.

Дети, ненавидящие родителей, страдают сами от неустроенной личной жизни и получают такое же отношение своих детей к себе.

Дочь осуждает и ненавидит отца-алкоголика. А отец является для девочки воплощением мужского начала Вселенной. В ее подсознании уже с детства действует программа уничтожения мужчин.

Она подрастает и выходит замуж. Первый брак – неудачный – развод. От первого брака рождается девочка (мальчики будут просто нежизнеспособны). Второй брак – тоже неудачный. И от второго

мужа тоже рождается девочка. Женщина пытается построить семью с другим мужчиной, и даже живет некоторое время с ним. Но потом отношения разрываются.

А ее дочери подрастают и выходят замуж уже за таких мужчин, которые пьют, оскорбляют и бьют их. Программа ненависти к мужчинам, заложенная матерью, действуя в подсознании потомков, возвращается обратно ответной агрессией.

Если человек ненавидит группу людей, общество! страну, то будет страдать не только сам, но и его дети: Ненависть – это мощная программа уничтожения того, против кого она направлена. В детях эта программа усиливается во много раз.

Мужчина, ненавидящий мерзавцев, негодяев, получил сына-наркомана.

Женщина, ненавидящая людей, получила сына-убийцу.

Ненависть, как способ поведения, тоже имеет позитивное намерение. Если вы ненавидите правительство за его действия, то своей ненавистью хотите уничтожить это правительство, чтобы на его место пришло другое, которое отвечало бы вашим требованиям. Ведь вы хотите жить в справедливом, высоконравственном государстве, в котором бы уважали вас.

Если ненавидите соседа за его подлость, то хотите уничтожить его, чтобы воцарилась справедливость.

Если кто-то хочет забрать ваши деньги, то вы начинаете ненавидеть этого человека. Вы хотите сохранить ваши деньги.

Если кто-то «уводит» у вас любимого/любимую, то вы ненавидите этого человека, готовы уничтожить его.

Если ненавидите близкого, то это значит, что он так сильно унизил, оскорбил или обидел вас, что вы готовы убить его. И вы его убиваете. Только мысленно.

Способ поведения

Позитивное намерение

Ненависть

Желание изменить окружающий мир, людей. Чтобы воцарилась справедливость. Чтобы ко мне относились порядочно, высоконравственно, честно и справедливо. Желание жить в прекрасном и гармоничном мире, с хорошими людьми

Ненависть – производная от гордыни. Это желание – свои чувства, свою нравственность, справедливость и порядочность поставить

превыше всего. Но чем выше вы возносите, тем больше будет падать. И вообще, на каком основании вы считаете, что ваша модель мира, ваше мировоззрение истинно? Ваше мировоззрение – это всего лишь одна точка зрения на Реальность из нескольких миллиардов. И причем каждая точка зрения заслуживает уважения. И тем более, как можно сделать мир лучше и чище с помощью убийства, вызванного ненавистью. Это абсурд! В этом мире нет ничего плохого и грязного. Бог создал чистый и прекрасный мир.

Необходимо принять такую мысль, что этот мир очень гармоничен и справедлив. И это действительно так. Ведь каждому воздается по его мыслям и действиям, по вере его. Каждый сам создает свой мир. Из своего опыта знаю, что эту мысль некоторые люди принимают с трудом. Им очень тяжело отказаться от своих старых убеждений и принципов.

– Доктор, вы что же, предлагаете мне говорить на «черное», что это «белое»? – возмущается мой пациент, пожилой мужчина, страдающий от серьезного заболевания. – Как я могу одобрять действия вора, который украл последние деньги у пенсионерки, или действия нашего правительства, которое обворовало миллионы людей?

– Я не заставляю вас одобрять действия воров, жуликов и убийц, – отвечаю я. – Я предлагаю принять мысль, что Вселенная очень гармонична и справедлива, и начать видеть это в своей жизни. «Каждому воздается по вере его». Если вор украл деньги у пенсионерки, то это значит, что она сама, привлекла его в свою жизнь, своими мыслями. Может быть, она жалела свою соседку, бедную пенсионерку. А может быть, презирала или ненавидела богатого. Вот этими мыслями и чувствами и привлекла вора. Так кого же обвинять? Некого. Просто каждый получил по своим мыслям. Высшая сила, Вселенная учила пенсионерку через вора правильному отношению к деньгам. Я неодобряю действий вора, но и не осуждаю его, и не стану жалеть эту пенсионерку. Я пожелаю каждому из них удачи на их жизненном пути: пенсионерке – правильно обращаться с деньгами, а вору – заботиться о своем материальном благосостоянии другими, позитивными способами.

– А как же убийство, да еще невинных детей?

– Не убийством дело обстоит так же. Человек привлекает в свою жизнь убийцу неправильным отношением к жизни и смерти. Такой человек может неоднократно выражать мысли о нежелании жить или желать смерти другому. А подобное притягивает подобное. Ну а дети содержат в себе агрессию своих родителей, да еще и во много

раз усиленную. Дети несут ответственность за мысли своих родителей и наоборот.

– Доктор! При всем уважении к вам, все, что вы говорите, не укладывается у меня в голове. И если быть более откровенным, то все это – чушь. Вы мне дайте лекарство, которое меня вылечит, – и все. И не хочу я что-то менять. Я даже перед лицом смерти не изменю своим принципам.

– Ну, тогда я вряд ли смогу вам помочь. Но в любом случае я желаю вам удачи.

Мы расстаемся. Мужчина, так и не став моим пациентом, уходит, а я думаю о том, как сильно и глубоко в нас внедрили определенные догмы и принципы, которые приносят в нашу жизнь боль и страдание. И мы их безоговорочно приняли на веру, не пытаясь даже усомниться в их справедливости.

Хотите быть здоровыми и иметь здоровое потомство – освободитесь от ненависти.

Для этого возьмите на себя ответственность за свой мир! Начните с себя. Меняйте свои мысли и свое поведение – и окружающий мир изменится. Новые мысли создадут новые ситуации.

Научитесь принимать! Принимать себя, других людей, свою жизнь и судьбу.

Уважайте себя и других! Проявляя уважение к другим, вы уважаете прежде всего себя.

Научитесь одобрять и хвалить! Стремитесь замечать в людях только хорошее, позитивное, полезное. Помните, что в каждом человеке есть любящие качества. И если ваши помыслы чисты, то и люди покажут вам свои лучшие стороны.

Если вы хотите изменить окружающий мир и людей, то можете пользоваться насилием. Есть такой способ. Это очень хороший способ. Хороший для того, чтобы сделать свою жизнь и жизнь своих детей несчастной. И если вы берете на себя ответственность пользоваться именно этим способом, то тогда помните о тех последствиях, которые будут. По одному из законов Вселенной – подобное притягивает подобное – ваша ненависть привлечет в вашу жизнь ответное насилие.

Я предлагаю другой вариант. Так как внешний мир – это мой мир, и я сам его создаю, то, изменяя свое мировоззрение, я меняю свой мир, а значит, и окружающий мир. Это можно выразить проще: хотите изменить окружающих – меняйтесь сами. Тогда ни к кому не будет претензий – ведь все зависит от вас.

## РАЗДРАЖЕНИЕ

– Каждый из поступков следует совершать в настроении воина, – объяснил дон Хуан. – Иначе человек уродует себя и делается безобразным.

В жизни, которой не хватает настроения воина, отсутствует сила.

Посмотри на себя. Практически все мешает тебе жить, обижает и выводит из состояния душевного равновесия. Ты распускаешь нюни и ноешь, жалуясь на то, что каждый встречный заставляет тебя плясать под свою дудку. Сорванный лист на ветру!

В твоей жизни отсутствует сила.

Какое, должно быть, мерзкое чувство!

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Раздражение возникает тогда, когда что-то не устраивает: беспорядок в доме, грязная посуда, неубранная постель, разбросанные вещи, опаздывающие гости, плохое поведение детей и т. д. У каждого человека есть свои требования к окружающему миру, и если что-то вокруг не соответствует этим требованиям, то появляется раздражение.

Если раздражение присутствует в жизни долгое время, то это приводит к развитию определенного круга заболеваний. На раздражение реагируют печень, кожа, кишечник, желудок, суставы и другие органы.

Раздражение, как способ поведения, имеет позитивное намерение.

Способ поведения

Позитивное намерение

Раздражение

Чтобы окружающий мир соответствовал моим требованиям и ожиданиям. Желание изменить окружающий мир

Да, каждый человек хочет, чтобы окружающий мир соответствовал его требованиям и ожиданиям. Но вот ведь в чем фокус! Мы сами создаем тот мир, в котором живем. Значит, то, что мы видим в своей жизни, и есть то, что мы ожидаем увидеть. То есть

окружающее уже соответствует нашим ожиданиям, подсознательным ожиданиям. И если что-то вовне нас не устраивает, то глупо раздражаться. Необходимо обратиться внутрь себя, изменить определенные мысли, и тогда изменится окружающий мир.

Есть разница между сознательными желаниями и подсознательными намерениями. Важно научиться доверять своему подсознательному разуму. Ведь наш внутренний разум стремится к равновесию, миру и спокойствию. Он стремится занять то уникальное место во Вселенной, которое будет очень гармонично для каждого из нас.

Со мной лично однажды произошла ситуация, которая имеет отношение к раздражению и на примере которой я хочу показать, как действуют законы Вселенной: подобное притягивает подобное и внешнее отражает внутреннее.

Это событие произошло в один из моих рабочих дней. Я принимал пациентов. Все случаи были сложные. А под конец рабочего дня занимался с пациенткой, которая все время мне возражала. Я пытался ей объяснить причины ее болезни, но она никак не могла или не хотела их принимать. В конце концов я начал раздражаться, не давал ей сказать ни слова. Потратил на нее два часа времени, а в итоге осталось чувство раздражения и неудовлетворенности.

Когда после сеанса я стал выходить из квартиры, то на меня буквально набросилась соседка из квартиры напротив. Она очень бурно и громко высказывала мне претензии по поводу чистоты лестничной площадки (на этой неделе на моей двери висела табличка «дежурный»). Я сначала начал оправдываться и говорить о том, что площадка была убрана, но соседка мне и рта не давала раскрыть. Ее крики стали выводить меня из равновесия, и появились нехорошие мыслишки: «Что бы такого с ней сделать, чтобы она успокоилась?» Но тут я вовремя вспомнил, что я добрый доктор.

Я оставил попытки что-либо ей доказать, быстро обратился внутрь себя и стал соображать: каким своим поведением я притянул эту ситуацию?

Долго не пришлось думать. Я тут же вспомнил о своем раздражении по поводу пациентки и о том, что я так же не давал ей сказать слова. По мере того как я осознавал причины этого события, на внешнем плане также стали происходить изменения. Соседка начала успокаиваться и потом ушла. Я пожелал ей удачи и мысленно поблагодарил за урок, который она помогла мне пройти. В итоге я сделал для себя позитивные выводы: быть внутренне и внешне очень спокойным при общении с пациентами; давать им возможность

высказать свои мысли и чувства; уважать индивидуальность каждого пациента; быть более гибким при объяснении причин болезней.

Таким образом, ситуация стала не травмирующей, а полезной для меня. Я просто воспользовался теми законами, которые мне известны. Ведь мы сами создаем те жизненные ситуации, в которые попадаем.

Кстати, после этой ситуации соседка стала со мной здороваться первой.

## ГНЕВ И ЗЛОСТЬ

Ты на меня не сердишься, а, дон Хуан? – спросил я, когда он вернулся.

Он, казалось, удивился. – Нет. Я никогда ни на кого не сержусь.

Ни один человек не может сделать ничего, что этого бы заслуживало.

На людей сердишься, когда чувствуешь, что их поступки важны.

Ничего подобного я давно не чувствую.

К. Кастанеда. Учение дона Хуана

Гнев и злость – это чувства сильного возмущения и негодования. Это крайняя форма раздражения. Эти эмоции появляются тогда, когда ситуация выходит из-под контроля. Каждый человек хочет контролировать ситуацию – так он себя чувствует спокойнее. Но не всегда это удается. Вот когда это не удается, тогда появляется гнев, который может перейти в физическое насилие для того, чтобы изменить ситуацию.

В народе много афоризмов про зло:

– Не плати злом за зло.

– Нам добро, никому зло – вот закон на житье.

– Во зле жить – по миру ходить.

– Злая жена – поборница греха.

– Злой не верит, что есть добрые люди.

В Библии про зло сказано: «Пусть же воздаст Господь делающему злое по злобе его».

Каждый человек испытывал в своей жизни гневные чувства, и нет в этом ничего плохого, потому что каждая эмоция человека выполняет для него позитивные функции. Главное – понять, для чего нужны эти негативные эмоции и какие цели они преследуют, а затем

создать новые способы поведения и направить эту энергию в более здоровое русло.

Гнев и злость выполняют ту же позитивную функцию, что и раздражение.

Способ поведения

Позитивное намерение

Гнев, злость

Чтобы окружающий мир соответствовал моим требованиям и ожиданиям. Желание изменить окружающий мир.

И последствия те же, только гораздо сильнее. Если вы не выражаете гнев открыто, а сдерживаете, то это опасно, так как гнев, не найдя выхода, остается внутри человека. Эта энергия начинает разрушение организма и постепенно трансформируется в болезнь. Но если вы реализуете свой гнев, то есть открыто выражаете его, проявляя насилие, то и получите в своей жизни ответное насилие; и не обязательно от этого же человека. Подобное притягивает подобное.

Если человек постоянно подавляет в себе такие эмоции, как раздражение, гнев и злость, то начинают страдать печень, суставы, органы дыхания и другие органы и системы организма. Невыраженные чувства начинают накапливаться в тех органах, которые ответственны за их выражение.

Вот пример. Печень со своей желчью отвечает за вспыльчивость. Подавленный гнев и вспыльчивость сначала вызывает воспаление желчного пузыря и застой желчи, дискинезию желчных путей, а со временем эти невыраженные горькие чувства откладываются в виде камней. Ведь должен же быть материальный субстрат накопленных эмоций.

Суставы ответственны за приведение этих агрессивных чувств в действие. А это приводит к их воспалению. В итоге – ревматизм, бурсит, вывихи.

Получается, что выражать свой гнев плохо, а сдерживать – не лучше. Так что же делать?

Некоторые советуют: если у вас накопилась злость, гнев и раздражение, то начните колотить подушки. Пар выйдет – и вам станет легче. Другие считают, что лучше открыто заявить человеку, на которого вы сердитесь, о своем отношении к нему. То есть взять и накричать на него. Я не думаю, что это самые лучшие способы работы с гневом. Однажды я побывал на семинаре-тренинге, где людей учили открыто выражать свой гнев: кричать, сердиться. Они подходили друг к другу и говорили: «Я сердит на тебя, потому что ты

тра-та-та...» или «Я обиделся на тебя, потому что ты трам-па-пам...». Им говорили: «Позвольте бушующим внутри вас чувствам вырваться наружу». Но это хорошо делать в группе, где каждый знает об этих правилах и готов принять на себя гнев другого человека. А когда участники этой группы выходили «в люди» и начинали так «самовыражаться», то окружающие люди их просто не понимали, они не собирались принимать на себя чужой гнев. Люди не были обучены тем правилам, которым научились участники семинара. Ведь в обществе бытует мнение, что выражать гнев открыто – это плохо. Я думаю, что такое «самовыражение» может привести в конечном итоге к одиночеству.

Я предлагаю более продуктивное занятие для работы с гневом, чем пустое выбивание пыли из подушки и крики на близких. Как только вы почувствовали, что эмоциональный взрыв близок, начинайте делать то, что вам не очень нравится, но необходимо. Например, если вы живете в сельской местности, то можете начать колоть дрова или перекопать огород – и реализация взрывоопасной энергии, и для хозяйства полезно. Делайте до тех пор, пока не почувствуете себя спокойно. Перекопали свой огород – помогите соседям. Если вы живете в городе, то можно заняться ремонтом квартиры, уборкой, выбиванием ковров. Переделали все у себя – помогите соседям. Если у вас есть лишний вес – упражняйтесь и бегайте. Не только от раздражения избавитесь, но и от лишних килограммов, причем без всяких диет и бесплатно. Уже многие мои пациенты, используя этот метод, добились спокойствия в семье.

Конечно, конечно можно и более просто – изменить свое мировоззрение.

Но это кому как нравится. Кто-то предпочитает грубую физическую силу, а кто-то работу ума. Работает и то и другое. Важно не просто освободиться от гнева, а трансформировать его. Для этого важно осознать ту позитивную функцию, которую он выполняет для человека: чтобы окружающий мир соответствовал моим ожиданиям. Но это зависит только от нас самих. Поэтому глупо не только выражать свой гнев, но и вообще его производить.

Я пользуюсь таким золотым правилом: если я хочу получить нечто, то я должен менять свое поведение и свои мысли до тех пор, пока у человека не появится спонтанное желание дать мне это. Давно пора понять, что окружающие вам ничего не должны. И если вы хотите что-то получить от них, то меняйте свое поведение, используйте каждый раз новые способы.

Я считаю, что, вместо растрачивания своей драгоценной энергии на такие негативные эмоции, лучше привести в соответствие свои сознательные желания и подсознательные намерения. А это возможно сделать только после того, как вы возьмете на себя ответственность за свою жизнь, за свой мир.

## ОБИДА

Воина можно ранить, но обидеть его – невозможно, – сказал дон Хуан.

– Пока воин находится в соответствующем настроении, никакой поступок кого бы то ни было из людей не может его обидеть.

Прошлой ночью лев тебя совсем не обидел, правда?

И то, что он преследовал нас, ни капельки тебя не разозлило.

Я не слышал от тебя ругательств в его адрес.

И ты не возмущался, вопя, что он не имеет права нас преследовать.

А ведь этот лев вполне мог оказаться самым жестоким и злобным во всей округе.

Однако вовсе не его характер явился причиной того, что ты действовал так, а не иначе, изо всех сил стараясь избежать встречи с ним.

Причина была в тебе самом, и причина была одна – ты хотел выжить.

В чем вполне и преуспел. Если бы ты был один и льву удалось до тебя добраться и насмерть тебя задрать, тебе бы и в голову не пришло пожаловаться на него, обидеться или почувствовать себя оскорбленным столь неблагоприятным поступком с его стороны. Так что настроение воина не так уж чуждо твоему или чьему бы то ни было еще миру. Оно необходимо тебе для того, чтобы прорваться сквозь пустопорожний треп.

Я принялся излагать свои соображения по этому поводу. Льва и людей, с моей точки зрения, нельзя ставить на одну доску.

Ведь о ближних своих я знаю очень много, мне знакомы их типичные уловки, мотивы, мелкие ухищрения. О льве же я не знаю практически ничего.

Ведь в действиях моих ближних самым обидным является то, что они злобствуют и делают подлости сознательно.

– Знаю, – терпеливо проговорил дон Хуан. – Достичь состояния воина – очень и очень непросто. Это – революция, переворот в сознании.

Одинаковое отношение ко всему, будь то лев, водяные крысы или люди – одно из величайших достижений духа воина. Для этого необходима сила.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Обида – это чувство, которое возникает у человека тогда когда как он считает, к нему относятся несправедливо. Оно возникает в ответ на причиненное огорчение, оскорбление, дурной отзыв, насмешку, причиненную боль, побои, убыток. Обида – это глубоко подавленный гнев.

Человек, который обижается, хочет, чтобы к нему изменили отношение. Относились бы с большим вниманием, уважением, любовью, чтобы ценили. Позитивное намерение обиды понятно – изменить к себе отношение.

Способ поведения

Позитивное намерение

Обида

Изменить к себе отношение

Но обида, как способ изменить отношение окружающих к себе, ужасна. Эта эмоция несет в себе скрытое пожелание смерти тому человеку, который причиняет обиду. И эта агрессия направленная на другого человека разворачивается против самого автора и превращается в программу саморазрушения.

На приеме у меня женщина с диагнозом «миома матки». Ей предлагают операцию, пугая перерождением опухоли в злокачественную. Но она операцию делать не хочет. Причина болезни – накопленные обиды на своего мужа, который регулярно выпивает и обижает женщину своим отношением к ней. Я пытаюсь объяснить это женщине, но очень трудно убедить человека в том, что именно ее обидчивость, нелюбовь к себе являются причиной ее болезни и влияют на поведение супруга.

– Но как же мне не обижаться! – возмущается она. – Он приходит домой пьяный, оскорбляет меня, унижает; таскает у меня деньги из кошелька. Уже выносит из квартиры вещи, продает их и пропивает. И что же, я должна за это его уважать?

– Скажите, – спрашиваю я ее, – а вы любите вашего мужа?

– Не знаю.

– А вы любите себя?

Женщина начинает плакать. Я спокойно объясняю дальше:

– В течение многих лет ваш муж наносил вам мелкие или крупные удары по вашему женскому самолюбию, по вашей женственности. Вы не принимали его поведения, унижающего ваше достоинство, да и не могли принять. Вы носились с обидами всю жизнь, накапливали их в себе. А местом накопления была ваша матка, которая непосредственно связана с вашей женственностью. Вот таким образом и выросла ваша опухоль. И если вы и дальше будете вести себя подобным образом, то опухоль может стать раковой.

– Что же мне делать?

– Начинайте прощать. Я знаю, что вам это нелегко будет сделать. Но вы должны понять, что ваш муж, которого, кстати, вы сами привлекли в свою жизнь, всего лишь отражал ваше собственное отношение к себе и к мужчинам. Его поведение указывает на то, что вы не любили и не любите себя. Кроме того, у вас в подсознании есть программа осуждения и ненависти к мужчинам. Скорее всего, такое отношение к себе у вас сформировалось в детстве.

– Да, наверное, – соглашается женщина, – отец мой выпивал, обижал мать. Родители относились к нам (нас было трое в семье) очень плохо.

– Ваша задача сейчас не просто простить своего мужа и своих родителей, а буквально пересмотреть всю свою жизнь. Вспоминайте каждую ситуацию, в которой у вас были обиды, и меняйте к ним свое отношение.

Прощайте! Проживайте все эти ситуации заново, с чувством любви. Принимайте их, как созданные вами, прощайте, благодарите и проживайте с новыми чувствами: любви и благодарности. Ваша болезнь – это ваши обиды. Растворятся обиды – растворится и опухоль. Воспринимайте болезнь как разговор Бога с вами. Примите свою болезнь как сигнал к изменению своего мировоззрения и поблагодарите ее.

Человеку тяжело простить тогда, когда он считает другого виноватым. Но если вы поймете и прочувствуете, что автором обиды являетесь вы сами и что обидчик – это только инструмент в руках неведомых божественных сил, инструмент для вашего очищения, для вашего обучения, для вашего блага – только тогда вы искренне простите и даже будете благодарны Богу, себе и этому человеку за ценный урок.

Я уже знаю из практики, что когда женщина начинает менять к себе отношение, то удивительным образом меняется мужчина, который с ней живет. И наоборот.

На прием ко мне пришла женщина средних лет. Она просила меня вылечить ее мужа-алкоголика.

– А почему пришли вы, а не он? – спросил я ее.

– А он не хочет идти, – отвечает женщина со слезами на глазах. – Он считает себя здоровым. Он говорит, чтобы я лечилась сама.

– А может быть, он прав? – спрашиваю я ее.

– В каком смысле? – удивляется женщина.

– Ну, в таком смысле, что можно через работу с вами помочь вашему мужу избавиться от вредной привычки.

– А разве так можно?

– Конечно! Но только от вас потребуется вся ваша сила воли и большое желание измениться самой.

– Доктор, я на все готова. Делайте со мной что хотите – мне нужна спокойная жизнь.

Далее мы диагностируем подсознательную программу поведения женщины и выясняем, каким своим поведением она привлекает в свою жизнь такое поведение мужа. Женщина начинает менять свою подсознательную программу поведения, и уже через две недели ее муж стал выпивать значительно меньше, а еще через месяц бросил пить совсем. При этом женщина работала только над собой.

Если мужчина обижается на женщину, то страдает его мужское достоинство в прямом и переносном смысле. Обиды на женщин приводят к опухоли предстательной железы и проблемам с потенцией.

Обиды могут вызывать не только рост опухолей, но и другие болезни: язву желудка и двенадцатиперстной кишки, сыпи на коже, головные боли и другие.

Обида – это еще одна производная от гордыни. Обижающийся человек никак не может понять и принять того факта, что это он сам привлекает в свою жизнь обидчика. Привлекает его своим отношением к себе.

Если к вам плохо относятся, то загляните внутрь себя и присмотритесь и прислушайтесь. Внешнее отражает внутреннее. Как вы к себе относитесь – так относятся к вам. Измените к себе отношение – изменится отношение к вам окружающих.

Как это сделать? Очень просто.

Начните любить себя!

Когда я задаю людям вопрос, любят ли они себя, практически каждый заявляет: «Да». Но при более детальном опросе выясняется, что они путают такие два понятия, как «самолюбие» и «любовь к себе».

Если вы хотя бы изредка ругаете себя или обвиняете за какие-то действия, то вы уже не любите себя. Если вы считаете, что у вас есть недостатки, то вы уже агрессивно настроены против себя.

Необходимо понять простую истину: каждый человек – это частица Бога, Вселенной. И если вы агрессивно настроены по отношению к себе, то вы выступаете против Бога. Любовь к себе – это искусство. Нужно принимать себя таким/такой, какой/какая вы есть на самом деле – как уникальную частицу Вселенной.

Бог не наказывает и не поощряет. Бог есть Любовь. И когда вы любите себя как частицу Бога вы-живете в мире и гармонии. Приведу отрывок из книги Луизы Хей[3].

«Я пришла к выводу, что, когда мы любим себя, одобряем свои поступки и остаемся самими собой наша жизнь становится настолько прекрасной, что и словами не выразишь. Маленькие чудеса – везде. Здоровье улучшается, деньги сами идут в руки, наши отношения с другими расцветают, и мы начинаем выражать свою личность в творческом ключе. И все это происходит без малейших усилий с нашей стороны. Когда мы от души любим и уважаем себя и одобряем свои поступки, мы создаем определенную организацию ума. Отсюда – чудесные взаимоотношения с окружающими, новая работа; мы даже худеем и приходим к своему идеальному весу.

Любить себя – значит праздновать сам факт существования своей личности и быть благодарной Богу за подарок жизни».

Когда человек любит себя, то он создает вокруг себя пространство любви, которое начинает менять все окружающее. Вспомните старый фильм «Алешкина любовь» с Леонидом Быковым в главной роли. В нем главный герой фильма, молодой бурильщик, влюбляется в девушку и своей любовью меняет всю бригаду.

Любить себя – это значит избавиться от любой формы агрессии в свой адрес. То есть избавиться от чувства вины, самокритики, недовольства собой, ненависти к себе, жалости.

Любить себя – значит прежде всего уважать свою личность, любить и принимать себя таким, какой есть.

Любить себя – значит первое чувство благодарности и радости отдавать Богу, Вселенной частицей которого и которой мы являемся.

В христианстве есть заповедь: «Возлюби Бога превыше отца и матери, превыше сына и дочери. Возлюби Бога всем разумом, всей

душой, всем сердцем своим». Но как нужно любить Бога? Куда направлять эту любовь? На небеса? Но это будет любовь к небу. Тогда, может быть, к иконе или распятию? Но это творение рук человеческих.

Каким местом мы ближе всего к Богу? Душой. Значит, любить Бога – это направлять любовь себе, в свою душу. Любить Бога – это значит любить себя, как его частицу. Отсюда становится понятной и другая заповедь: «Возлюби ближнего своего, как себя самого». Если я люблю себя, как частицу Божественного, то и к другим я буду относиться так же. Любовь к Богу начинается с любви к себе.

## МЕСТЬ

И когда стоите на молитве, прощайте, если что имеете на кого, дабы и Отец ваш

Небесный простил вам согрешения ваши; если же не прощаете, то и Отец ваш Небесный не простит вам согрешений ваших.

Мечь – это производная от обиды и гордыни.

Желание уничтожить или унижить человека, который нанес обиду или оскорбление.

Намерение таких действий самое позитивное – восстановить справедливость, заставить насильно изменить отношение к себе и получить от этого удовлетворение.

Евангелие от Матфея

Способ поведения

Позитивное намерение

Мечь

Восстановить справедливость, изменить к себе отношение

Но что же происходит в таком случае на тонком энергетическом уровне? Если меня унизили, оскорбили или обидели, и я собираюсь отомстить, то я не только не принимаю ситуацию, но и пытаюсь ее изменить с помощью агрессии. Я хочу насильно заставить уважительно к себе относиться. Моя агрессия направлена на унижение и

уничтожение другого человека, то есть другого мира. Но ведь этот человек с его действиями – это часть моего мира, меня самого. Я сам привлек его в мою жизнь. Значит, направляя агрессию в его адрес, я получаю ответную реакцию. И чем сильнее я ненавижу этого человека и желаю ему отомстить, тем сильнее я разрушаю себя.

Очень часты в моей практике случаи, связанные с мекьей. Если мужчина желает отомстить женщине за ее измену, то получает удар по своим половым органам в прямом и переносном смысле.

Один мой пациент страдал от хронического простатита с частыми обострениями. Перепробовал все современные средства – ничего не помогало. Причина – его отношения с женой. Начиналось все с его желания отомстить жене за измену. В итоге он получил венерическую болезнь, и не одну. Но и на этом он не успокоился и продолжал накапливать злость и обиду. В одной из драк получил ногой в пах, отчего его яичко распухло. Но и это его не образумило. Он продолжал обижаться и мстить – и продолжал болеть и страдать.

Мекья может привести и к разного рода травмам, параличам, несчастным случаям.

Один мужчина хотел отомстить обидчику. И перед этим сломал руку – это его остановило.

Женщина выходит замуж в отместку другому мужчине, а потом мучается всю жизнь.

Или другой пример. Муж изменяет жене, а жена, вместо того чтобы разобраться в себе самой – чем это она привлекла такую ситуацию, изменяет в отместку своему мужу. И вот порочный круг замыкается! Вслед за этим идут чередой болезни и несчастья.

До сих пор еще в некоторых уголках земли есть обычай кровной мести, или вендетты. В конечном итоге это приводит к уничтожению целого рода. И1 уважать-то после этого некого. Нет человека – нет и уважения.

Чтобы избавиться от этого разрушительного чувства необходимо освободиться от гордыни и обид. Никто никогда вас не унижит и не обидит, если вы сами к себе и другим относитесь с любовью и уважением. Что-бы люди изменили к вам отношение, измените отношение к себе самому и к окружающим. Внешнее отражает внутреннее. Научитесь принимать те ситуации, которые происходят с вами.

Мы сами привлекаем в свою жизнь обидчиков – своим отношением к себе. Этот мир очень справедлив. Каждому воздается по вере его. Если вы верите в свою ничтожность и ущербность, то что же вы ожидаете получить от окружающих? Если вы превозносите над

другими – вас будут стремиться унижить. Измените отношение к себе – изменится отношение к вам.

## ДОСАДА

Досада – чувство раздражения и неудовольствия. вследствие неудачи. Представьте, что вы стремитесь к чему-то, затрачиваете на достижение цели определенные усилия? а потом бац – и неудача. В результате появляется досада, то есть подсознательная агрессия на себя самого. А это приводит к страданию определенных органов.

Нельзя сказать, что страдает в первую очередь. Поражаются и печень (помните выражение «горечь поражения»), и почки («остался неприятный осадок»), и другие органы. Кроме того, теряется очень много энергии.

Подсознательное намерение позитивно – нацеленность на успех.

Способ поведения

Позитивное намерение

Досада

Желание успеха

Да только досада появляется от непонимания того, что нет в жизни побед и поражений. Есть просто результат. Не хорош он и не плох. Если результат вас не устраивает, то это значит, вы что-то сделали не так – измените свое поведение.

Я советую воспринимать любой результат как успех, даже если он вас в чем-то не устраивает. Это дает возможность научиться чему-то новому позитивному. Для меня любое мое действие является правильным, а любой результат – это очередной этап на пути к осуществлению моих, всегда позитивных, намерений.

## РАЗОЧАРОВАНИЕ

– Мир – это все, что заключено здесь, – сказал дон Хуан и топнул ногой по земле.

– Жизнь, смерть, союзники и все остальное, что окружает нас. Мир необъятен.

Мы никогда не сможем понять его. Мы никогда не разгадаем его тайну.

Поэтому мы должны принимать его таким, как он есть, – чудесной загадкой.

Обычный человек не делает этого. Мир никогда не является загадкой для него, и, когда он приближается к старости, он убеждается, что он не имеет больше ничего, для чего жить... Вот ужасная цена, которую приходится платить за наши щиты. Воин осознает эту путаницу и учится относиться к вещам правильно. Вещи, которые делают люди, ни при каких условиях не могут быть более важными, чем мир. И таким образом, воин относится к миру как к бесконечной тайне, а к тому, что делают люди, – как к бесконечной глупости.

К. Кастанеда. Отдельная реальность

Разочарование – это чувство неудовлетворенности от чего-нибудь несбывшегося, крушение веры в кого –нибудь или во что-нибудь.

Представьте, что человек мечтает, строит какие-то планы, рассчитывает на какой-то определенный результат, но в один «прекрасный» момент все рушится. Помимо обид, злости и ненависти к тому, кто помешал осуществлению планов, появляется чувство разочарования. А это уже прямая программа уничтожения окружающего мира и себя. Это чувство приводит к очень серьезным заболеваниям. Например, разочарование в жизни приводит к раку и туберкулезу; разочарование у мужчины в женщинах – к импотенции; разочарование у женщины в мужчинах – к болезням ее половых органов.

Очень хороший способ получить разочарование – это заранее все тщательно спланировать. Чем больше планирования, тем больше разочарования. Поэтому будьте осторожны, когда строите планы. Просто составьте позитивное намерение (об этом речь пойдет в следующей книге) и позвольте своему подсознанию и силам Вселенной осуществить его самыми лучшими способами.

Вторая заповедь Моисея гласит: «Не сотвори себе кумира». А первая – «Я – Бог твой единый». Нужно жить своим реальным миром и постоянно стремиться, чтобы этот мир максимально соответствовал Реальности. Важно помнить, что модель мира – это еще не сам мир, карта – не территория. А многие люди живут иллюзией. Они хотят насильно изменить окружающий мир и подчинить его своей вере. Но это сделать невозможно, и потому в конце жизненного пути таких людей постигает разочарование.

У разочарования, как и у всякой эмоции, есть свое позитивное намерение.

Способ поведения

Позитивное намерение

Разочарование

Желание, чтобы мир соответствовал моим ожиданиям. Вера в нечто прекрасное и нерушимое, наличие цели в жизни, стремление к идеалу

Окружающий мир может соответствовать моим ожиданиям только в том случае, если я живу по вселенским законам, если моя модель мира соответствует самой Реальности. Следовательно, каждый человек должен жить Реальностью, а не иллюзиями. Любые идеалы рано или поздно будут разрушены.

Один мужчина в годы советской власти работал в КГБ. После развала старой системы он заболел раком горла и умер. Он не смог принять крушения коммунистических идеалов. Получилось, что он зря прожил свою жизнь. Его болезнь была результатом разочарования в жизни.

Идеал может быть в жизни только один – это сама Реальность, или Бог, или Истина – не важно, как это" назвать. Можно назвать это Великой Тайной. Идеалом должно быть то, что нерушимо. Вот к этому идеалу и нужно стремиться всю свою жизнь. А все остальное в этом мире – это иллюзии, ступеньки на Пути Знания. Имея такое отношение к миру, вы никогда не испытаете разочарования в своей жизни. Жизнь для вас всегда будет Великой Тайной, которую необходимо раскрыть во что бы то ни стало.

## **ЗЛОСЛОВИЕ И ЗЛОМЫСЛИЕ**

Не то, что входит в уста, оскверняет человека;  
но то, что выходит из уст, оскверняет человека.

Евангелие от Матфея

Когда вы думаете о ком-то, то между вами и тем человеком, о котором вы думаете, устанавливается информационно – энергетический канал. Если вы думаете или говорите о ком-то плохо, то вы

направляете свои разрушительные мысли в адрес этого человека и на тонком подсознательном уровне можете нанести ему вред. В то же время, посылая негативные мысли кому-либо, в вашем подсознании автоматически включается программа саморазрушения.

«Не судите, да не судимы будете; ибо каким судом судите, таким будете судимы; какой мерой мерите, такую и вам будут мерить».

К сожалению, люди не осознают, что на подсознательном уровне они буквально убивают друг друга. Злословие и зломыслие вызывают падение энергетического уровня, разрушают тело, укорачивают жизнь.

Один мой знакомый обратился ко мне с жалобами на сильную слабость, которая появилась недавно. Он попросил меня погрузить его в гипнотический транс и внушить ему бодрость и хорошее самочувствие.

Я вызвал у него состояние транса, но прежде, чем убрать слабость, решил выяснить у подсознания ее причины, А причины были банальны. Незадолго до появления слабости мой знакомый обижался и злословил в адрес своей сотрудницы по работе. Причем делал это в присутствии нескольких коллег.

Слабость я ему убрал, но при этом договорился с его подсознанием, что оно обучит его по-доброму относиться к людям.

Любое негативное высказывание или суждение наносит вред себе и другому человеку. Особенно опасно злословие и зломыслие в адрес своих родителей. Одна из заповедей гласит: «Почитай родителей "своих» и «Злословящий отца или мать смертью да умрет». Мне очень часто приходится сталкиваться с такими болезнями, причиной которых становится злословие в отношении родителей. Причем болезни эти часто очень тяжелы и неизлечимы современной медициной.

Если хотите быть здоровым и жить долго, то самым верным рецептом долголетия является наличие добродушия, вежливости и чувства юмора. Будьте доброжелательны к людям, и они вам ответят тем же. Ведь подобное притягивает подобное.

Одна пожилая пара праздновала золотую свадьбу. На торжество были приглашены журналисты и работники телевидения.

– Николай Семенович! Откройте, пожалуйста, секрет, как вам удалось столько лет прожить вместе? – спросила главу семьи корреспондент.

– Добрым нужно быть, – ответил он просто.

Я знаю наверняка, что так называемые «сглаз» и «порча» совершенно не действуют на добродушных людей. Так пусть добродушие и благожелательность станут символами вашей неуязвимости.

## ХВАСТОВСТВО

Кто думает, что он стоит, берегись, чтобы не упасть.  
Послание Коринфянам

Хвастовство – это неумеренное, преувеличенное восхваление своих достоинств человек хвастливый стремится выставить напоказ какие-то свои качества. Таким образом он привлекает к себе внимание, хочет выглядеть лучше других.

Способ поведения  
Позитивное намерение  
Хвастовство

Получение внимания и одобрения окружающих для того, чтобы чувствовать свою значимость и уникальность

Наверное, каждый в детстве пытался каким-то образом выделиться среди окружающих. Мальчишки демонстрируют перед девочками свою силу и ловкость. Девочки хвастаются новыми туфельками или платьицами. Таким образом дети учатся самовыражению. С возрастом хвастовство проходит. Но у некоторых людей это качество остается и начинает играть свою пагубную роль. Как одно из проявлений гордыни, хвастовство вызывает у окружающих людей зависть и другие негативные чувства. Оно постоянно будет привлекать такие ситуации, в которых вас будут стремиться унижить.

Ко мне на прием пришла женщина в состоянии глубокой депрессии. Когда мы установили контакт с ее подсознательным разумом, то выяснили, что причиной депрессии является ее хвастовство и высокомерие.

Хвастовство – это одно из проявлений недоверия к себе, сомнений в своих достоинствах и возможностях. Это признак неуверенности в себе и наличие комплекса неполноценности. Кроме того, хвастун

просто смешон. Он постоянно стремится выделиться и требует внимания и одобрения от окружающих.

Научитесь доверять себе, своей Внутренней Силе. Будьте независимы от мнения окружающих, но при этом возьмите на себя ответственность за свой мир.

Учитесь скромности. Это одна из добродетелей. И при этом принимайте себя таким, какой вы есть. Кому нужно, тот обратит на вас внимание.

Говорите о своей уникальности. Цените себя, свою уникальность, но не за счет возвышения над другими. Другие люди также по-своему уникальны. Тогда вы получите в своем мире столько внимания, сколько вам нужно.

## ЧУВСТВО ВИНЫ И НАКАЗАНИЕ

Отказывая себе в чем-либо, человек потакает себе, идя на поводу самолюбия или даже самовлюбленности. Я не советую заниматься подобными глупостями... Самоограничение – самый худший и самый злостный вид потакания себе. Поступая подобным образом, мы заставляем себя верить, что совершаем нечто значительное, чуть ли не подвиг, а в действительности только еще больше углубляемся в самолюбование, давая пищу самолюбию и чувству собственной важности.

Отказаться от чего-то или заставить себя перестать что-то делать – это еще не проявление воли.

К. Кастанеда. Отдельная реальность

Так сложилось, что многие люди считают, что чувство вины – это очень хорошее чувство. И человек, который себя обвиняет, – это хороший человек, у него есть совесть. А раз есть совесть, значит, он порядочный. Но это абсурд! Ведь именно тот, кто себя винит, и есть самый плохой и непорядочный. Он же постоянно твердит: «Я плохой, я недостойный, я непорядочно поступил». И такими мыслями он притягивает соответствующие ситуации. Наказание еще никого не изменило в лучшую сторону.

Я уже писал неоднократно, что все ситуации в жизни мы создаем себе сами – своими мыслями, чувствами, эмоциями. По моему мнению, чувство вины – самое разрушительное из всех.

На прием пришла молодая женщина. Не буду перечислять все ее болезни – их было очень много. Скажу лишь о нескольких. Все они были разрушительного и деструктивного характера, особенно ревматоидный артрит кистей и стоп. Она с трудом передвигалась, суставы рук начали скрючиваться. Ее мучили сильные головные боли, бессонница, всевозможные невротические реакции, болезни горла и сердца, печени и почек. Ситуация осложнялась последствиями применения сильнодействующих лекарств, которые больная применяла уже много лет.

Как правило, с такими больными работать очень тяжело, но она оказалась хорошим гипнотическим субъектом. В состоянии транса подсознание клиентки раскрыло «тайну». Оно сообщило, что с помощью болезней наказывает ее за разные грехи и поступки.

Я встречал много больных с выраженным чувством вины, но с такой отъявленной мазохисткой встретился впервые. Жажда самонаказания проходила через всю ее жизнь, начиная с детских лет. Она постоянно попадала во всевозможные травматические ситуации, ломая руки и ноги. Позволила себе растолстеть, остановила физиологическое развитие, совершенно не следила за собой, одеваясь во что попало, хотя имела привлекательную внешность. Несколько раз пыталась покончить жизнь самоубийством.

В формировании такой гипертрофированной совестливости ей помогли ее родители. Они постоянно призывали ее к совести и сознательности, наказывая за каждый, даже незначительный, проступок или ошибку. Любимой их фразой была: «Бог накажет!» Родители передали своему ребенку подсознательную программу саморазрушения.

Постепенно, из года в год, девочка формировала такое представление о мире, в котором основным чувством является чувство вины. Разрушительный механизм самонаказания включался всякий раз, когда она совершала проступок, ошибку.

Но что самое интересное, так это то, что она не знала, откуда берутся ее болезни. Ходила много лет по врачам, которые подавляли боль и другие реакции, разрушая одновременно печень, почки и желудок. Она никак не могла понять, что причины ее болезней – в ней самой.

Изменить ее подсознание за один сеанс было просто невозможно, а объяснять все это сознанию – неразумно. Я сделал проще. В состоянии гипнотического транса я появлялся в разные периоды ее жизни в качестве «мудрого и доброго учителя» и обучал ее новому

восприятию мира. Клиентка за несколько месяцев изменилась очень сильно. Позабыла о болезнях, стала очень привлекательной, еще через некоторое время удачно вышла замуж и родила ребенка. Я уверен, что своего ребенка она будет воспитывать не так, как воспитывали ее родители.

Я всегда задаю своим пациентам магический вопрос: «Для чего?» «Для чего вы себя наказываете? Для чего вы себя постоянно обвиняете, ругаете и критикуете?»

Не каждый сможет сразу ответить на него. Мы привыкли задавать себе другие вопросы: «За что? Почему?» Но это все не те вопросы. Они не помогут что-то изменить, а только принесут еще больше боли.

Так для чего же люди обвиняют и наказывают себя?

Представьте, как взрослые наказывают детей. Для чего они это делают? Наверное, для того, чтобы ребенок не делал чего-то, что взрослые считают плохим. Они постоянно твердят ребенку: «Не делай этого. Не ходи туда. Это плохо. Это грязно. Это ужасно». Наказывая ребенка, взрослые стремятся, чтобы он стал лучше, чтобы изменил свое поведение. У чувства вины и наказания прекрасное намерение.

Способ поведения

Позитивное намерение

Чувство вины

Наказание

Изменить поведение, изменить свою жизнь. Самосовершенствование. Делать в жизни то, что приносило бы радость себе и окружающим

Но здесь есть один парадокс. Наказание учит, чего нельзя делать, но не учит, что делать вместо этого.

Когда взрослый человек обвиняет и наказывает сам себя, он тоже стремится изменить свое поведение, хочет стать лучше. Но наказание очень плохой способ для этого. Мало того, обвиняя и наказывая, мы загоняем себя в определенные рамки, границы, за пределы которых не можем высунуться. Потому что, как только мы переступаем эти границы дозволенного, автоматически (то есть подсознательно) запускается механизм самонаказания.

Кроме того, наказание и чувство вины всегда связаны с болью, страданиями, несчастными случаями, обидами, озлобленностью.

Получается, что если вы чувствуете себя виноватым, то подсознательно привлекаете в свою жизнь все эти неприятные и разрушительные вещи. Все очень просто: чувство вины влечет за собой самонаказание, самокритику. А это, в свою очередь, привлекает в нашу жизнь боль и страдания.

Чувство вины – самонаказание – боль и страдания

Я в своей работе провел такое исследование. У разных людей, побывавших в травматических ситуациях (аварии, травмы, сотрясения, ушибы), в состоянии гипнотического транса я узнавал причины, которые привели их к таким событиям. Во всех случаях главной причиной было чувство вины. Ведь вина требует наказания, а наказание ищет свою жертву.

Чувство вины – это одно из проявлений гордыни, только наоборот. Это агрессия, направленная на самого себя. Человек, который себя обвиняет и наказывает, испытывает колоссальное чувство собственной важности. Он думает, что, наказав себя, сделав себе больно, он изменит весь мир. То есть в чувстве вины изначально заложена агрессия к окружающему миру.

Как же формируется стремление наказывать себя? Наше «высокоразвитое» общество предъявляет к человеку очень высокие моральные требования. И взрослые требуют от ребенка сразу очень многого, не понимая того, что он только начинает учиться. Они навязывают ему понятия о добре и зле, любви и ненависти, что хорошо, а что плохо.

Ребенок может совершать ошибки, но не наказывать его нужно за это, а разъяснять, как и чему он должен на них научиться. Наказание дает маленькому человечку боль и обиду. А ведь он только учится жить в этом мире. Точнее, ребенок с помощью взрослых учится самостоятельно создавать свой уникальный мир. И подсознательно он перенимает способы поведения и принципы своих учителей. Вместо наказания необходимо знакомить его с новыми способами поведения в разных ситуациях.

Часто программу саморазрушения закладывают родители еще до рождения ребенка. Например, беременная женщина, обижающаяся на мужа или испытывающая уныние и нежелание жить, автоматически, сама не желая того, запускает в своем ребенке программу

самоуничтожения. Такой ребенок будет всю жизнь страдать и мучиться, и мать будет страдать вместе с ним. И остановить эту программу может осознание причины, прощение всех обид и взятие на себя ответственности.

Вот еще один пример из практики. На прием пришла пациентка в возрасте 20 лет. Она жаловалась на то, что у нее отнимаются и немеют руки, особенно по ночам. Меня это сразу насторожило: заболевание явно было вызвано какой-то подсознательной причиной. После обсуждения ее проблемы я предложил ей обратиться к своему подсознанию для того, чтобы узнать причину. Девушка охотно согласилась. После того как она установила связь с подсознанием, спросила, какую функцию ее подсознание выполняет для нее с помощью этого симптома? Внутренний разум ей ответил, что наказывает ее. Она спросила: «За что?» – после чего ее лицо залилось краской стыда. Очень неохотно, но все же она рассказала мне, что подсознание ответило ей, что наказывает ее таким необычным образом за мастурбацию (онанизм).

Эта история своими корнями уходит в тот период ее жизни, когда девочка училась получать сексуальное удовлетворение с помощью рук. Неожиданно за этим занятием ее «застукала» мама. Мама очень долго и сильно была свое дитя по рукам, а потом повела к знакомому «доктору для психов», который не нашел ничего лучшего, как пригрозить ребенку тем, что если она и впредь будет заниматься этим «грязным делом», то у нее руки отсохнут. Спустя много лет, когда эта история забылась, девушка снова попробовала заняться мастурбацией. И вот тут-то началось...

Клиентке, для того чтобы избавиться от болей в руках, оказалось достаточно просто осознать причину появления болезни и освободить себя от давнего страха и чувства вины.

Как же освободиться от чувства вины?

Первое, что нужно сделать – ЭТО ВЗЯТЬ НА СЕБЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СВОЮ ЖИЗНЬ. Именно ответственность, а не чувство вины. Это важно понять. Люди путают эти два понятия. Пора осознать – вы ни в чем не виноваты. И другие люди не виноваты также. В Библии сказано о том, что перед Богом нет виноватых. Значит, чувство вины – это изобретение человека, это иллюзия, которую создали люди. И очень удобная иллюзия, чтобы держать людей в определенных рамках. Таким образом удобно управлять людьми. Такое управление начинается с детства, когда родители

«воспитывают» своих детей, вызывая у них чувство вины. Но они и сами были воспитаны подобным образом.

Они буквально заставляют детей недооценивать себя, поверить в то, что они хуже других, что они не заслуживают ничего хорошего, потому что порочны. Такое отношение взрослых к детям формирует в них множество комплексов неполноценности.

Многие люди продолжают делать это, когда вырастают. Чувство вины входит у них в привычку. Они и к другим относятся так же, заставляя их чувствовать себя виноватыми. В следующий раз, когда кто-нибудь попытается вас устыдить в чем-либо, вместо того чтобы соглашаться с этим человеком, что, мол, да, я такой плохой, спросите себя: «Зачем он пытается заставить меня чувствовать себя виноватым? Что ему от меня нужно?»

В христианской религии существует понятие о грехе. Грех – это нарушение божественных, вселенских законов. Знает их человек или не знает – это не освобождает его от ответственности. Нарушил закон – получи болезнь или страдание. Но это не наказание, как пытается преподнести религия. Это просто результат определенного поведения. Бог не добр и не зол. Это просто Сила, помогающая нам жить и творить, постигать мир, совершенствовать свое осознание. Религиозные же деятели пытаются заставить людей почувствовать себя виноватыми, разъясняя, что болезни и страдания даны в наказание Богом. Только такое отношение создает замкнутый круг. С одной стороны, перед Богом нет виноватых, а с другой – болезни даны в наказание. Нестыковочка получается! Но все становится на свои места, когда мы к болезням начинаем относиться не как к наказанию, а как к результату своего неправильного мировоззрения, как к сигналу изменить это мировоззрение. То есть совершил определенное поведение – получи результат. Если тебя или окружающих результат не устраивает, значит, ты нарушил вселенские законы. Например, злится жена на своего мужа – и получает воспаление влагалища. Это результат ее неправильного отношения к мужу. Если она изменит свое отношение – изменится ситуация. Ненавидит мужчина женщину – получает простатит или импотенцию. Изменит свое отношение к женщинам – будет здоровым. Но как порой тяжело следовать божественным законам, не зная их. Глупо себя обвинять за какое-то поведение. Еще глупее винить во всем окружающих. Мы сами создаем свой мир. И другие люди делают то же самое со своим миром.

Рассмотрим такой пример. Вы обидели близкого вам человека.

Вы не хотели этого, но совершили такое действие, на которое тот отреагировал обидой. Вы создали эту ситуацию. И этот человек тоже создал ее. Вы привлекли своей агрессией этого человека, но и он привлек вас своей обидчивостью. Есть ситуация, и есть действия и реакция двух разных людей на одно и то же событие. Нет виноватых ни с одной, ни с другой стороны. У каждого были определенные мысли, и каждый получил соответствующий результат.

Есть несколько способов отреагировать на такую ситуацию.

Первый. Если вы будете чувствовать себя виноватым, то своим чувством вины привлечете в свою жизнь такую же ситуацию, но только теперь вы будете не в роли обидчика, а в роли обиженного.

Второй. Если вы считаете себя правым, но не меняете своего поведения, то в следующий раз вы снова создадите такую же ситуацию. Получится замкнутый круг. Вы постоянно будете приносить боль окружающим.

Третий способ. Взять на себя ответственность. Определить, каким своим поведением и какими своими мыслями вы создали эту ситуацию. Просмотрите это событие от начала и до конца и подумайте, чему позитивному оно вас научило. Именно позитивному, а не негативному. И создайте новые способы поведения, новые мысли. Решите для себя, стоит ли вам быть в роли обидчика? Если нет, то какими другими своими действиями вы сделаете человеку приятное?

Выходит, что все очень просто: совершил какое-то действие – получил результат (а не наказание). Не нравится результат – измени свое поведение (без всякого наказания). И меняй поведение до тех пор, пока не получишь нужный результат. Получается такая цепочка: поведение – результат – новое поведение – новый результат.

Простите себя! Простите за прошлое, за настоящее и, заранее, за будущее. Вы ни в чем не виноваты. Перед Богом виноватых нет.

Наш подсознательный разум напрямую связан с Богом, с Высшим Разумом. И поэтому в любой ситуации человек всегда поступает самым лучшим образом. Так стоит ли наказывать себя за самое лучшее, на что вы тогда, в той ситуации, были способны?

Нам с детства твердили, что Бог накажет или болезни даны в наказание. Но пора понять, что Бог не наказывает. Хватит воспринимать Бога как бородатого старца на облаке, который грозит нам пальцем. Бог – это Высший Разум, Вселенная, Реальность. И эта Сила никого никогда не наказывает. Если мы сами себя наказываем, то эта Сила просто помогает нам реализовать наказание. А если мы себя любим, то эта Сила дает нам в жизни все, что необходимо.

Лично я воспринимаю Бога как Высшую Силу, как творца. Эта Сила творит, создает, помогает нам воплотить наши мечты в жизнь. Именно помогает! Вселенная помогает нам всегда, везде и во всем. Не надо делить мир на светлое и темное, на Бога и дьявола. Есть Высшая Сила, которая помогает нам реализовать в этом мире наши мысли, чувства и эмоции. Если эти мысли агрессивны, то и получим мы так называемое «плохое». А если они позитивны, созидательны, то получим только «хорошее». Дьявол – это наши пагубные, агрессивные и разрушительные мысли и чувства. И чувство вины тоже относится к этим чувствам.

Как часто мне приходится иметь дело с теми людьми, которые страдают от чувства вины. Как правило, такие люди сильно религиозны. Они считают себя кругом виноватыми, недостойными чего-то хорошего в этой жизни. Они явно невнимательно читали Библию. Да и читали ли вообще? Через всю Библию красной нитью проходит мысль о том, что Бога нужно любить превыше всего в этом мире. «Возлюби Бога всем разумом своим, всей душой, всем сердцем» – так учил Иисус Христос. И даны прямые указания на то, куда необходимо направлять эту любовь – к себе в душу.

Каждый человек – частица Бога, Вселенной. И как мы к себе относимся – так мы относимся и к Богу. Если вы обвиняете и наказываете себя, то идете против Бога. А если вы – против Бога, то чего же хорошего вы от него ожидаете?

Представьте живой организм, в котором каждая клетка выполняет свои специфические функции. И если эта клетка начнет уничтожать сама себя, то она перестанет выполнять свои прямые обязанности и будет отравлять другие клетки и организм в целом. И как на это отреагирует весь организм? Сначала он будет стремиться помочь этой клетке выздороветь, стать нормальной, но потом просто уничтожит ее, чтобы она не отравляла весь организм своими продуктами распада.

Любовь к Богу начинается с любви к себе. Научитесь любить себя, любить безусловной любовью. Любите себя, как частицу Бога, Вселенной. И тогда весь мир откроется для вас. Это искусство, которому нужно учиться. Именно любовь к себе, а не самолюбие и эгоизм. Ведь если я люблю себя, как частицу Бога, то и ко всему и ко всем в этом мире я буду относиться так же. Но на первом месте должна стоять любовь к Богу. А все остальное в этом мире – это лишь средства для накопления этой любви и для реализации ее. Нужно научиться следовать прежде всего вселенским законам, а потом уже земным. А

уметь следовать вселенским законам – это значит испытывать в жизни любовь, радость и счастье.

Взять на себя ответственность вместо чувства вины – это значит научиться делать выбор в своей жизни. Вина и наказание не дают выбора. А чувство ответственности позволяет создать новые мысли и способности поведения. Важно не просто перестать что-либо делать, а научиться делать что-то новое, более позитивное, чем старое.

В принципе, не важно, какой выбор мы сделаем, потому что любой выбор в жизни правилен, так как предоставляется и осуществляется он с помощью Высшей Силы. Не имеет смысла обвинять себя в каких-то неудачах или ошибках. Это не сделает нас лучше, но боль и обиду принесет. Каждый человек делает в данный момент времени то, что в его силах и что он умеет делать. Каждый действует в силу своего миропонимания и осознания. У каждого из нас есть свое предназначение в жизни. И не столь важно, в этой жизни мы его осуществим или в следующих. Когда-то мы выбрали именно этот мир для прохождения определенных уроков. У каждого из нас свой Путь. Цель у всех одна. Мы все на пути к этой цели, и это стремление, эта таинственная сила объединяет всех нас. Примите и полюбите себя, примите и полюбите этот мир таким, какой он есть. Можно пройти свой Жизненный путь со злостью, Обидой, чувством вины. И это будет хороший путь. Он будет не хуже пути святого или праведника. Но если вы берете на себя ответственность пользоваться этими разрушительными чувствами, то тогда уж берите на себя ответственность за те разрушения, которые эти чувства привлекут в вашу жизнь. И тогда не стоит кого-либо обвинять в этом: ни себя самого, ни близких, ни правительство.

Это ваш выбор.

Я предлагаю другой вариант. Пройдите через этот мир с любовью. Важно понять, что любовь не лучше ненависти. Просто Любовь – это более приятный инструмент для познания законов Вселенной.

### **САМОКРИТИКА, САМОБИЧЕВАНИЕ, НЕДОВОЛЬСТВО СОБОЙ, ОСУЖДЕНИЕ СЕБЯ, ПРЕЗРЕНИЕ И НЕНАВИСТЬ К СЕБЕ**

Спасения не достичь ни постом, ни ношением особой одежды, ни самобичеванием.

Все это суеверие и притворство. Бог все создал чистым и святым, и человеку нет нужды освящать его...

## Парацельс. Окультная философия

Это другие разновидности агрессии по отношению к самому себе. Я заметил, что люди постоянно ищут в себе какие-то недостатки или считают себя недостойными чего-либо, Они сами себе создают разные комплексы неполноценности, а потом страдают разные комплексы неполноценности, а потом страдают от них. Это могут быть физические недостатки или недовольство своим поведением.

Внешность играет огромную роль в формировании личности. Часто полнота, маленький рост, дефекты речи способны наглухо подавить в человеке скрытые возможности. А порой представление о себе у некоторых людей настолько искажается, что они начинают в буквальном смысле издеваться над собой.

Ко мне на прием приходила молоденькая девушка. Очень симпатичная, фигурка стройная. Я спросил ее, с чем она ко мне пришла, и очень удивился ее просьбе. Она просила меня, чтобы я помог ей похудеть.

А однажды на прием пришла молодая женщина с шестилетним ребенком-дистрофиком. Маленький мальчик не позволял себе съесть лишнее яблоко, морковку, считая, что в них много нитратов, или кусочек мяса, потому что мясо есть вредно. Сама мамаша тоже была худая и, по-моему, недобирала килограммов восемь. Именно мать научила своего ребенка так относиться к продуктам. Она просила меня, чтобы я помог вылечить ее сына. Для себя же она просила, чтобы я помог ей похудеть.

Я согласился помочь, но с одним условием: мать должна своим примером помогать выздоровлению сына. То есть она будет есть все подряд, набирать вес сама и этим подавать пример сыну.

Часто люди неверно оценивают собственные возможности, ставят на себе крест в этой жизни, загоняют себя в определенные рамки. Это является причиной очень многих заболеваний и большинства личностных проблем.

Например, совершив какой-то поступок, человек решает, что он поступил плохо и не заслуживает в дальнейшем хорошего в своей жизни.

Комплекс неполноценности формируется с самого детства, когда ребенок только начинает познавать мир, узнавать и учиться многим новым для него вещам. А родители сразу требуют от него многого, предъявляют слишком высокие требования, наказывая за каждую

мелочь. «И в кого ты такой бестолковый уродился?» – часто можно услышать от них.

Способ поведения

Позитивное намерение

Самокритика Недовольство собой Самоосуждение Презрение и ненависть к себе

Изменить свою внешность, свое поведение. Чувствовать свою привлекательность, исключительность, нужность и важность. Самосовершенствование

Они забыли, какими беспомощными были в детстве. И конечно, каждый ребенок с жадностью впитывает в себя, как губка, все то, что происходит вокруг него. Родители и сознательно, и подсознательно навязывают ребенку свое восприятие и делание мира.

Но бесконечные наказания и насмешки подавляют в детях жажду творчества, желание учиться, порождают чувство неуверенности, страх перед чем-то новым, опасения, что за любую оплошность может попасть вдвойне. Так родители отбивают у детей охоту учиться. А потом удивляются – почему их ребенок получает плохие отметки в школе. Они забывают или просто не хотят понять, что, только участь на собственных ошибках, их ребенок может научиться чему-то новому, испытать радость первых успехов.

Конечно, каждый человек хочет быть любимым и нравиться другим.

Но знайте, что мнение окружающих о человеке – это всего лишь отражение того, что сам человек думает о себе. Проведите переоценку своей личности, начните уважать себя – и окружающие перестанут замечать ваши недостатки (их, собственно, и нет) и будут обращать внимание только на ваши достоинства. Сколько существует примеров в истории, когда люди невысокого роста или с неприглядной внешностью пользовались уважением и признанием миллионов. А многие, наоборот, преуспевают в недовольстве собой и в ненависти к себе. Вот банальный пример.

У мужчины есть комплекс неполноценности, он считает себя непривлекательным и недостаточно мужественным. Тем самым он на подсознательном уровне дает повод женщине, которая с ним живет, искать недостающее на стороне. Его отношение к себе формирует любовный треугольник. В такой ситуации есть два варианта реакций. Первый – это ревность со всеми вытекающими негативными

последствиями. Второй-изменить к себе отношение, а значит, изменить свою жизнь. Выбор за вами.

Я убедился на практике, что люди постоянно недовольны чем-то в себе. Одни постоянно ругают и критикуют себя. Другие осуждают и презирают. А некоторые испытывают к себе ненависть.

Такое отношение к себе имеет позитивное намерение:

Но скажите мне, как можно самобичеванием изменить свое поведение и свою внешность? Представьте человека, который хочет стать чище, поливая себя грязью.

Многие религиозные школы пытаются с помощью укрощения плоти или самобичевания достичь единения с Богом, Истиной. Таким образом они отрицают физический (материальный) мир. Но как можно достичь Истинной Реальности, отрицая один из ее аспектов?! Мы сами создаем свой мир. Поэтому как мы относимся к себе, так и окружающие относятся к нам.

Я заметил, что привлекательные люди часто считают себя некрасивыми. Они предъявляют слишком высокие требования к себе.

У моей жены есть подруга, очень симпатичная женщина, но она постоянно находит в себе какие-то недостатки, часто выражает недовольство собой. В итоге, с каким бы мужчиной она ни познакомилась, их встречи продолжаются не больше месяца-двух. И это еще сильнее убеждает ее в том, что в ней что-то не так.

Если Бог и Истина скрыты внутри каждого из нас, то получается, что, осуждая себя, мы осуждаем Бога, критикуя себя, мы критикуем Бога.

– Доктор, – спрашивает меня пациент, – я регулярно молюсь, соблюдаю пост, читаю Библию, люблю людей. Так почему же я болею или получаю неприятности в жизни?

– А как вы относитесь к себе? – спрашиваю я его. – как часто вы себя обвиняете или ругаете за какое-нибудь поведение?

– Постоянно, – отвечает он, – я считаю, что человек должен совершенствоваться через осознание своих ошибок, своих грехов.

– Скажите, – спрашиваю я пациента, – а вы внимательно читали Библию?

– Конечно, – отвечает он. – Многие отрывки я знаю наизусть.

– Тогда скажите мне, пожалуйста, что сказано в Библии о любви к Богу?

– Первая и наибольшая заповедь гласит: «Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем разумением твоим». И еще, в главе десятой Евангелия от Матфея сказано о том,

что Бога нужно любить более, чем отца или мать, и более, чем сына или дочь. То есть превыше всего в этом мире.

– А вы следуете этим заповедям? – спрашиваю я его.

– Стараюсь, – отвечает пациент настороженно.

– Тогда ответьте мне на другой вопрос. Если Бог в душе каждого из нас и каждый – это его частица, то, когда вы ругаете или критикуете себя, кого вы ругаете на самом деле?

– Вы хотите сказать, что Бога? – спрашивает озадаченно пациент. – Но ведь я ругаю себя за свои поступки, а не Бога.

– Это так. Но ведь любовь к Богу начинается с любви к себе. Помните? «Возлюби ближнего своего, как себя самого». То есть, насколько вы любите себя, настолько вы любите и окружающих.

– Пожалуй, доктор, вы правы, – соглашается пациент. – Теперь я понимаю, откуда у меня проблемы в жизни. Я всегда на первое место ставил любовь к людям, а себя уже на последнее.

– Обвиняя и ругая себя, вы ругаете Бога, а значит, ничего хорошего от него в своей жизни не получите. Нужно любить и принимать себя таким, какой ты есть – без претензий и критики. А если не устраивает какое-то поведение, то просто меняй его на другое, более приемлемое и позитивное.

## СТРАХ, ТРЕВОГА И БЕСПОКОЙСТВО

Когда человек начинает учиться, он никогда не имеет четкого представления о препятствиях. Его цель расплывчата и иллюзорна; его устремленность неустойчива. Он ожидает вознаграждения, которого никогда не получит, потому что еще не подозревает о предстоящих испытаниях.

Постепенно он начинает учиться – сначала понемногу, затем все успешней. И вскоре он приходит в смятение. То, что он узнает, никогда не совпадает с тем, что он себе рисовал, и его охватывает страх. Учение оказывается всегда не тем, что от него ожидают. Каждый шаг – это новая задача, и страх, который человек испытывает, растет безжалостно и неуклонно. Его цель оказывается полем битвы.

И таким образом, перед ним появляется его первый извечный враг: Страх! Ужасный враг, коварный и неумолимый. Он таится за каждым поворотом, подкрадываясь и выжидая. И если человек, дрогнув перед его лицом, обратится в бегство, его враг положит конец его поискам.

Что же с этим человеком происходит?

– Ничего особенного, кроме разве того, что он никогда не научится. Он никогда не станет человеком знания. Он может стать пустомелей или безвредным напуганным человечком; но, во всяком случае, он будет побежденным. Первый враг поставил его на место.

– А что нужно делать, чтобы одолеть страх?

– Ответ очень прост: не убегать. Человек должен победить свой страх и вопреки ему сделать следующий шаг в обучении, и еще шаг, и еще. Он должен быть полностью устрашенным, и, однако, не должен останавливаться. Таков закон. И наступит день, когда его первый враг отступит. Человек почувствует уверенность в себе. Его устремленность крепнет. Обучение больше не будет пугающей задачей. Когда придет этот счастливый день, человек может сказать, не колеблясь, что победил своего извечного врага.

К. Кастанеда. Учение дона Хуана

Практически каждый человек постоянно чего-то боится. Боится заболеть и умереть, потерять деньги, что его кто-то побьет или убьет, что его бросит любимый человек. Страх держит человека в постоянном напряжении, не позволяет ему действовать. Мало того, мысли о "страхе, постоянно прокручиваясь в голове, буквально притягивают подобные ситуации. Когда человеку угрожает опасность в его кровь мгновенно выбрасывается множество гормонов, которые ускоряют пульс, повышают давление, усиливают сокращение сердечной мышцы, ускоряют метаболизм, вызывают напряжение в мышцах. Это нормальная защитная реакция, которая необходима человеку.

Но если страх является одной из основных эмоций вашей подсознательной программы поведения, то он держит вас в постоянном напряжении. Чрезмерно сокращаются и напрягаются ваши сосуды и мышцы. И постоянное внутреннее напряжение создает язвы, гипертонию, облысение и множество других проблем.

Кроме того, мысли-страхи ослабляют иммунную систему. Страх заболеть буквально притягивает болезнь.

Мой одноклассник рассказал мне такую историю. Однажды он и еще четыре его приятеля пошли в поход в горы. По дороге назад пошел сильный дождь. Они все вымокли до ниточки, да и воздух был холодный. Его друзья всю дорогу жаловались и ругались, проклиная сырую и холодную погоду, горы и себя за то, что пошли в поход. Они ожидали, что заболеют, или боялись заболеть. В итоге все четверо сильно заболели. А мой одноклассник себя прекрасно чувствовал.

Оказывается, он всю дорогу назад думал только о чем-то хорошем: любовался горами, лесом, благодарил дождь, представляя, что кому-то сейчас этот дождь очень нужен. Вспоминал ситуации в жизни, когда он искренне радовался дождю. В конце рассказа он добавил: «Очень важно то, что я ни на минуту не допускал в себя мысли-страхи заболеть. Я сразу понял, что ныть бесполезно и опасно. В любой ситуации надо думать о том, что поможет, и о том, что приятно».

Подсознание, используя чувство страха, выполняет для человека защитную функцию. Ведь для каждого человеческого существа очень важно чувствовать себя в безопасности. Чувство безопасности и защищенности, в свою очередь, дает ощущение спокойствия.

Способ поведения

Позитивное намерение

Страх

Чувствовать себя в безопасности, спокойно и защищено

Но страх является плохим способом для осуществления этих позитивных намерений. Он способствует тому, что человек перестает доверять людям и окружающему миру в целом и отгораживается от них. А это порождает закрытость и в конечном итоге приводит к одиночеству.

Кроме одиночества, чувство страха имеет множество других вредных побочных последствий. Фактически страх притягивает именно то, чего мы боимся.

Например, страх заболеть притягивает болезнь. Страх одиночества приводит к одиночеству. Страх потери заставляет нас что-либо терять. Как это происходит? Очень просто. Наш разум так устроен. Он всегда должен сделать то, чего мы боимся, или то, чего мы не хотим. Когда мы чего-то пугаемся, то рисуем себе страшную картину того, что может произойти. При этом мы испытываем плохие чувства и говорим себе: «Я не хочу этого. Не дай бог!» Все эти мысли, чувства и образы есть в нашем подсознании, и они создают соответствующую ситуацию.

Например, если кто-то скажет вам: «Не запоминайте число 237. Ни в коем случае не запоминайте это число». Что же вы сделаете? Вы,

конечно, запомните это число. И чем больше вы будете стремиться забыть его, тем сильнее вы его запомните.

Так устроен наш разум. Частица «не», отрицание являются для него гипнотической командой сделать это.

Общаясь с людьми, я пришел к убеждению, что главной причиной появления страхов является отсутствие доверия. Доверия к себе, к другим, ко всему миру. Такие люди постоянно ждут от окружающего мира чего-то плохого. И они это получают – ведь все в нашей жизни происходит в соответствии с нашими ожиданиями. Они постоянно твердят: «Этот мир страшен и ужасен. Кругом злые люди. Разве сейчас можно доверять людям. Столько жуликов!» Если вы делите все в мире на хорошее и плохое, на друзей и врагов, то вам действительно есть чего бояться. Люди не верят в то, что есть Высший Разум, который отражает наши убеждения. Доверие – это производная от веры. Нет веры – нет доверия. Начните доверять своей Личной Силе, которая напрямую связана с Высшим Разумом, с Богом. Только тогда вы будете чувствовать себя в полной безопасности.

Для того чтобы избавиться от страхов, научитесь доверять. Доверять всему в этом мире: себе, людям, событиям. Но в первую очередь – своей Внутренней Силе. Помните – вы сами создаете свой мир. И этот мир – самое безопасное место во Вселенной. Возьмите на себя ответственность за свою жизнь. Ваш мир зависит от ваших мыслей. Чувствуйте себя самым защищенным существом во Вселенной. Ожидайте от окружающего мира только хорошее. Пусть такая мысль станет одной из самых важных в вашей подсознательной программе: «Я есть единое целое с Силой, создавшей меня. Я – в полной безопасности. Я доверяю своей Личной Силе и обретаю внутреннее спокойствие».

Например, мать ожидает, что дочь придет домой вовремя. Но она задерживается по неизвестным причинам. Мать начинает волноваться, беспокоиться. Мечется по комнате, подходит к окну, прислушивается к звукам в подъезде. Время идет. Дочери все нет. И вот она начинает рисовать в своем воображении разные ужасные картины. Она не понимает, что ее мыслеобразы – это программа пожелания дочери зла. Таким образом, беспокойство и тревога – это подсознательная агрессия против своего ребенка. Да, мать внешне желает своей дочери добра, но каким образом? Через зло и агрессию внутри себя. Поэтому не удивительно, что дочь постоянно грубит матери, не слушает ее советов. Она просто отвечает агрессией на агрессию. И

если мать хочет изменить поведение своей дочери, то меняться она должна сама. Она должна заменить страх на доверие.

Что еще важно сделать для нейтрализации страха? Начните избавляться от агрессивных мыслей в отношении мира и людей. Вспомните ситуации, в которых вы осуждали, ненавидели, презирали, обижались. Начните отпускать все эти мысли. Ведь эти мысли – это пожелание смерти на тонком информационно-энергетическом уровне. А внутренняя агрессия притягивает агрессию внешнюю.

Получается такая цепочка.

Внутренняя агрессия к кому- или чему-либо в окружающем мире притягивает агрессию внешнюю, которая направлена против вас, а это порождает страх как защитную реакцию. Другими словами, программа разрушения чего-либо в мире возвращается назад программой саморазрушения, так как окружающий мир – это наш мир. А это порождает страх. Страх – это сигнал опасности, который нам дает наш подсознательный разум.

То есть подсознание вынуждено защищать нас от нас же самих!

Поэтому единственный способ избавиться от страха – это правильно отреагировать на подсознательный сигнал и начинать избавляться от агрессивных мыслей.

Недавно ко мне зашел приятель и попросил: – Ты знаешь, я собираюсь с подругой и сестрой на море в то место, где мы с тобой отдыхали в прошлом году. Одолжи мне, пожалуйста, спальные коврики и рюкзак.

После этого он предложил мне поехать с ним, чтобы чувствовать себя в большей безопасности. Я заметил, что он как-то беспокоится по поводу себя и женщин. Женщины тоже были озабочены своими страхами. Поехать я не мог, но предложил ему другое прекрасное место на Южном берегу.

– Ты знаешь, – ответил он мне, – я, пожалуй, поеду туда, куда собрался. Я не знаю новое место и буду чувствовать себя спокойнее на старом.

– Ну что же, – ответил я ему, – я советую тебе поехать на новое место, но, если ты хочешь приключений – поезжай на старое место.

Я сказал это без всякой задней мысли – фраза вырвалась непроизвольно. А через несколько дней мы встретились в сауне, и приятель рассказал мне о своих приключениях.

На стоянке у него произошла стычка с группой агрессивных молодых людей. В результате ему пришлось в спешке уйти оттуда ночью.

– Ты знаешь, – рассказывал он мне, – даже природа давала мне разные знаки, чтобы я не ездил туда или уходил оттуда, когда уже туда приехал: утром шел сильный дождь, море было бурное и холодное, много мусора и мазута нагнало откуда-то, хотя раньше этого не было. Какая-то бабка в автобусе, когда я туда ехал, спросила: «А вы что, ребятки, на один день едете?» Я не обратил внимания ни на эти знаки природы, ни на ее слова. Да и подруга, как только мы расположились, сказала, что место ей не нравится. И ее не послушал. Конечно, первый знак исходил от тебя, когда ты предложил мне поехать в другое место, но гордыня во мне разыгралась – решил сделать по своему.

– А ты заметил, – спросил я его, – какое у тебя было сильное беспокойство еще до поездки? Оно было для тебя как предупреждение. А ты знаешь, чем прилек эту ситуацию?

– Чем?

– В тебе накопилось очень много подсознательной агрессии к людям. Конкретно – к преступникам, наркоманам, хулиганам и так далее. Тебе необходимо пересмотреть свое отношение к людям вообще и отказаться от агрессии.

– Ты прав. Во мне всего этого было много. А ты знаешь, что я забыл там, на стоянке, когда в спешке собирал вещи? Это очень символично для меня!

Я вопросительно посмотрел на него.

– Я оставил там два ножа, топорик и пику для подводной охоты. Как раз все то, что может стать оружием.

Как только вы освободитесь от старых негативных мыслей и научитесь посылать людям и всему в этом мире любовь, исчезнут все страхи. «В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх» (послание Иоанна). Вы перестанете притягивать насилие в свою жизнь, и ваш мир станет самым спокойным местом во Вселенной.

Недавно я стал свидетелем одного разговора. Одна женщина говорила другой:

– Мне кажется, что моя улица, на которой я живу, самая безопасная – на ней много фонарей и светло как днем. А ваш район такой опасный – ведь рядом тюрьма.

– Ну что ты, – отвечала другая, – мне кажется, наш район самый спокойный. Мы с мужем часто ходим поздно вечером и даже ночью ходили встречать поезд.

Отпускайте мысли-страхи. Ведь они когда-то были просто навязаны вам, внушены. Сначала родители запугивали вас, затем школа, друзья, телевидение.

Если вы чего-то боитесь, то пойдите внутрь себя и высветите причины страхов. Они находятся в вашей личной истории.

Если вы боитесь одиночества, то это означает, что вы не доверяете людям. Вспомните, с какими людьми у вас складывались в жизни плохие отношения? Почему вы им не доверяли? Чем они вас обидели или что плохого вам сделали?

А теперь подумайте, какими своими мыслями вы притянули в свою жизнь таких людей и такое их отношение к вам? Ведь подобное притягивает подобное.

Может быть, вы постоянно критикуете и ругаете себя; а может быть, недовольны собой, или ненавидите себя, или зависите от мнения окружающих. Тогда чего хорошего вы ждете от других? Внешнее поведение людей отражает ваши мысли и чувства.

Один мой пациент, который лечился у меня от тяжелого заболевания, пожаловался на то, что он в жизни очень одинок. Когда мы стали исследовать подсознательные причины, то оказалось, что глубоко в душе он не доверял людям. Такое отношение к людям и к миру заложил его отец. Он часто повторял, что кругом обман, что много людей не порядочных, что все женщины стервы, что они преследуют свои низменные цели и мужчины от этого страдают.

Мой пациент даже не подозревал о том, что все события в его жизни, в том числе и болезнь, сформировались в соответствии с тем мировоззрением, которое он унаследовал от своих родителей. Когда он изменил свои мысли и свое отношение к людям и миру, то в его жизни стали появляться близкие и любимые люди, и болезнь исчезла.

Страх смерти указывает на то, что у вас неправильное отношение к жизни и смерти. Это может быть связано с тем, что когда-то у вас в жизни были потрясения, связанные со смертью близких. Или были мысли о самоубийстве, нежелание жить, или вы желали кому-то смерти. Могут быть и другие причины. Каковы бы ни были эти причины, сформируйте новое отношение к таким понятиям, как Жизнь и Смерть.

У одной моей пациентки был сильный страх смерти. Он проявлялся в постоянных страшных сновидениях, в том, что на улице она часто встречала похоронные процессии, в тревожном и беспокойном состоянии, в невозможности находиться одной.

Оказалось, что родители имели прямое отношение к появлению этих страхов. Дело в том, что во время беременности матери у нее с мужем был серьезный конфликт. В результате этого конфликта у матери появилось нежелание жить, нежелание иметь ребенка. По сути своей это была программа самоуничтожения, и она мгновенно внедрилась в подсознание младенца.

Когда девочка подросла и пошла в детский сад, у нее появились страхи находиться одной в комнате, страх темноты. Родители никак не могли понять, чем эти страхи вызваны. В подростковом возрасте детские страхи переросли в тревогу и беспокойство. А после того как девушка вышла замуж и сама стала матерью, подсознательная программа пожелания смерти заработала в полную мощь.

На прием ко мне пришла женщина с больным сыном. У юноши был хронический астматический бронхит. Болел он им с детства. Общаясь с подсознанием матери, мы выяснили, что причина болезни – это ее всевозможные страхи. Сначала она боялась рожать и во время беременности испытывала сильнейший страх перед родами. Она боялась, что ребенок и она сама могут задохнуться во время родов. Это отложилось в подсознательной программе сына уже в утробе матери. Потом родственники, которые, кстати, были врачами, пугали ее постоянно тем, что каждая болезнь может привести к смерти. В итоге у ребенка начала формироваться болезнь, которая просто являлась отражением страхов матери.

Другая причина страха – это сильная привязанность к чему-либо в этом мире, что порождает страх потерять то, к чему человек привязан. «Прилипнуть» можно к чему угодно: к деньгам, к дому, к близкому человеку, к детям, к семье, к идеалам. Необходимо понять, что нам в этом мире ничего не принадлежит, даже наши мысли.

Все дано нам свыше во временное пользование, в том числе и жизнь.

Сразу спросите себя, что вы боитесь потерять?

Именно к этому нужно изменить свое отношение. Сделать это не целью в жизни, а средством жизни.

Например, если вы зацеплены за деньги и делаете их целью в жизни, то в подсознании будет страх их потерять, а в вашей жизни будут возникать всевозможные ситуации, которые будут приводить к потере денег.

Если вы относитесь к близкому человеку (например, мужу/жене) как к собственности и цепляетесь за отношения, то страх потерять

эти отношения приведет в конечном итоге к одиночеству или у вас сохранятся отношения, но при этом будут тяжелые болезни.

Любая ценность этого мира должна быть не целью, а средством на жизненном пути. Прекратите относиться к чему-либо как к собственности. То, чем вы сейчас пользуетесь – машина, деньги, отношения, знания, жизнь, – это подарок. Он соответствует вашим мыслям и вашей вере. Вселенная подарила его вам. У кого-то это есть, а у кого-то нет. У кого-то больше, а у кого-то меньше. Каждый получает именно то, чем умеет пользоваться, и именно столько, сколько может унести. Пользуйтесь этим бережно и по назначению, как инструментом для продвижения по пути Знания. Ведь в один прекрасный момент Вселенная попросит это обратно.

Все земное подлежит разрушению: машина ржавеет, дом ветшает, близкие люди уходят из этого мира, одни идеалы заменяются на другие, знания постоянно меняются. Неизменна и неразрешима остается всегда только сама Истина, Бог. Вот это и следует делать целью в жизни. А все остальное – это только средства на этом пути. Цель в жизни – это не накопление земных ценностей, будь они материальные или духовные. Не цепляйтесь за земные ценности, и тогда не будет страха их потерять. Вселенная изобильна и всегда даст вам все необходимое. Необходимо только открыться, довериться и быть готовым впустить в свою жизнь то, что нужно.

## СОМНЕНИЕ И НЕУВЕРЕННОСТЬ

– Если ты что-то решил, нужно идти до конца, – сказал он, – но при этом необходимо принять на себя ответственность за то, что делаешь.

Что именно человек делает, значения не имеет, но он должен знать, зачем он это делает, и действовать без сомнений и сожалений.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Сомнения и неуверенность создают массу проблем в нашей жизни. Как часто вы себе говорили: «Я вряд ли смогу сделать это», «А стоит ли начинать?», «А вдруг не получится», «А правильно ли я делаю?». Эти и подобные им мысли воздвигают препятствия на пути осуществления наших намерений, забирают наши силы, ослабляют нас. Неверие во что – либо совсем нё означает, что этого не произойдет

или должно обязательно произойти. Все равно все зависит от наших намерений. Мы сами создаем свою жизнь.

И мы сами создаем эти препятствия, преодолевая которые доказываем себе, что можем что-то сделать в жизни, чего-то достичь. Эти мысли и чувства имеют позитивное намерение для нас. Они заставляют нас поверить в правильность нашего выбора и приложить больше усилий для достижения целей.

Способ поведения

Позитивное намерение

Неуверенность

Сомнения

Сделать правильный выбор и приложить больше усилий для достижения цели

Так стоит ли прилагать вдвое и втрое больше усилий? Стоит ли преодолевать трудности, которые сами себе создаем? Если вам захотелось трудностей – возьмите рюкзак и идите в поход, в горы. И трудности получите, и массу удовольствия.

Вы боитесь совершить ошибку, сделать что-то не так?

Не стоит бояться этого. Любой результат – это просто результат. Он ни плох и ни хорош. Наши действия всегда правильны. По большому счету, не существует ни побед, ни поражений, ни ошибок. Прекратите играть в игру хорошо – плохо, лучше – хуже. Мы всю жизнь учимся. На своих или чужих ошибках. Любая ситуация может научить нас чему-то позитивному. Так стоит ли заранее предсказывать события?

Научитесь воспринимать неудачи как уроки, как средство обратной связи, а препятствия на своем пути – как возможность попробовать что-то новое.

Измените свое отношение к сомнениям! Воспринимайте их как союзников. Я предлагаю вам посмотреть на СОМНЕНИЕ с необычной точки зрения. Давайте подумаем с вами вот о чем. В течение длительного времени (с момента рождения) в наше подсознание внедрялись определенные стереотипы мышления, которые заставляли вас действовать тем или иным образом. Например, вы много раз слышали о том, что рак – болезнь неизлечимая. Это говорят многие врачи, потому что их так учили. Об этом пишут в учебниках и газетах, говорят по телевизору и радио. Это значит, что мысль эта глубоко сидит

в вашем подсознании. И вдруг вы решили изменить свои мысли и действовать по-другому. Вы составляете другую мыслеформу: «Рак – болезнь излечимая, если я беру на себя ответственность за ее возникновение и излечение, а не перекладываю ее на внешние факторы и на врачей. Если для ее излечения я устраняю подсознательные причины и подключаю внутренние ресурсы, которые неисчерпаемы». Вот тут вам на помощь приходит СОМНЕНИЕ. Оно сообщает вам, что в подсознании записана другая информация. СОМНЕНИЕ охраняет ваши старые убеждения. Оно буквально переспрашивает вас: «Уверены ли вы, что хотите заменить старые мыслеформы на новые?» Это похоже на то, когда компьютер переспрашивает вас: «Действительно ли вы хотите стереть старую информацию?» И вот тут у вас есть выбор. Вы можете вернуться к старым убеждениям, и тогда ничего не изменится, или подтвердить правильность новых мыслеформ.

СОМНЕНИЕ – это ваш союзник, который заботится о правильности вашего выбора.

Когда я избавлялся от неуверенности и сомнений, то думал о предстоящих событиях так: «Любой результат моих действий – это всегда правильный результат, который помогает мне совершить дальнейшие правильные действия. От любых ситуаций в жизни я получаю удовольствие и важные позитивные уроки».

Чтобы избавиться от неуверенности и сомнений нужно брать все в своей жизни в свои руки. То есть брать на себя ответственность.

Если вы хотите достичь какой-то цели, то сформулируйте правильно намерение (об этом речь пойдет в следующей книге), расслабьтесь и успокойтесь. То, что вам необходимо, обязательно придет к вам в самое подходящее время и в нужном месте.

Обрести уверенность очень просто. Уверенность – это производная от веры в себя. Мир, в котором вы живете, – Это ваш мир, вы его создаете. А потому то, что вы хотите получить в своем мире, обязательно происходит.

«Да воздастся каждому по вере его!»

Верить в себя или не верить – это вопрос выбора. Если вы выбираете не верить, то порождаете неуверенность и сомнения в своей жизни. А если делаете выбор в пользу веры, то обретаете внутреннюю силу. Вера придает вашим намерениям, и вашим действиям, и всей вашей жизни необходимую типичность и направление.

Вера, Надежда, Любовь – это три добродетели, три составляющих успеха в вашей жизни.

## ЖАЛОСТЬ

Это то чувство, которым пользуется практически каждый человек. Люди просто не подозревают о масштабах тех проблем, которые они порождают жалостью.

Работая с людьми, я убедился, что многие считают жалость хорошим и благородным чувством. Но так ли это?

У меня на приеме сидит пожилая женщина. У нее много проблем со здоровьем и в личной жизни. Она вдохновенно рассказывает о том, как сильно любит людей, как прожила всю жизнь ради людей, но почему-то люди не отвечают ей взаимностью. По ее словам, она относится к людям с любовью, а они к ней – с агрессией.

– А как вы любите людей? – спрашиваю я.

– Ну как? Я их жалею, – отвечает она.

– А для чего вы их жалеете?

– Странные вопросы, доктор, вы задаете. Для чего же жалеют людей? Наверное, для того, чтобы помочь им.

– Правильно, – подтверждаю я, – но жалость является плохим способом помогать людям. Кого обычно жалеют? Бедных, нищих, несчастных, больных, страдающих. Получается, что, жалея человека, вы автоматически, на подсознательном уровне, привлекаете в его и свою жизнь все эти неприятности. А потом вы удивляетесь, 'что люди к вам плохо относятся. Да потому и относятся плохо. Ведь вы посылаете им разрушительные мысли.

– Так что же получается, нельзя жалеть человека?

– Ни в коем случае. Жалость губительна для человека, для его души. Я не выступаю против помощи людям. Помогать людям – это великое искусство.

– Но ведь так можно стать бесчувственным человеком.

– Нет. Наоборот. Избавившись от жалости, человек становится очень внимателен и чувствителен к другим людям. Человеку можно и нужно помочь проявлением заботы, внимания любви, милосердия. Но только не жалостью. Когда вы жалеете человека, то выражаете несогласие с его болезнью, несчастьем или судьбой в целом. Тем самым вы идете против сил Вселенной. Заботясь о теле человека, вы наносите вред его душе. Разве вы можете точно знать о скрытых подсознательных намерениях другого человека?

– Конечно нет, – отвечает пациентка. – В себе – то самой нелегко разобраться.

– Вот именно.

– Так как же быть, доктор, когда кто-то приходит к тебе и жалуется?

– Будьте искренни в своих намерениях помочь этому человеку. Можете даже посочувствовать ему на внешнем уровне. Но внутри себя проявите согласие с его страданием, с его муками. Он сам их создал себе – подсознательно, только не осознает этого. Ведь если бы он осознавал ту пользу, которую несет его болезнь или неприятная ситуация, то не ходил бы и не жаловался, а давно бы изменился.

Постарайтесь понять человека и конкретно помочь ему, но ни в коем случае не жалеите его. Помогая человеку в решении его проблемы, проявляя милосердие и сочувствие, вы получаете своеобразную прививку от такой же проблемы. Способов помочь человеку множество. Это понимание, милосердие, доброта, забота. Можно помочь материально, физически. Можно дать совет, но будьте осторожны с советами – ваш способ помог вам, но может оказаться бессильным в мире другого человека. Иногда «дать пинок под зад» – тоже хороший способ помочь. Бывает и так, что оставить человека в покое или сказать «нет» – это тоже помощь ему. Ницше говорил: «Возлюби ближнего – значит оставь его в покое!»

И все-таки самый лучший способ помочь – это любовь. Другими словами, прекратите выражать недовольство, осуждать, критиковать, презирать, ненавидеть, жалеть. Посылайте людям только хорошие, светлые, добрые мысли... Уважайте мир другого человека и меняйте свой мир. Накапливайте любовь и радость в своей душе, в своем мире и делитесь этими чувствами с окружающими. Это и есть любовь к людям.

В общем, сколько нуждающихся в помощи людей, столько и способов помочь им. Каждому человеку – свой способ. Главное – это ваше искреннее намерение помочь и стремление понять мир другого человека.

Жалость к людям обязательно привлекает ответную агрессию людей. Ведь это агрессивное чувство. Именно поэтому тот, кто считает жалость хорошим чувством, никак не может понять, почему люди отвечают на его якобы добрые действия агрессией.

На приеме у меня сидит женщина средних лет и рассказывает о том, как ей тяжело живется с ее мужем-пьяницей.

– Семейно забросил, до детей нет дела, если что-то начинаю говорить, то может и побить.

– А вы любите своего мужа? – спрашиваю я ее.

– Теперь уже нет. После всего того, что он сделал, у меня уже не осталось к нему никаких добрых чувств.

– А раньше вы его любили? – снова спрашиваю я.

– Конечно.

– А как вы его любили?

– Ну например, я его всегда жалела, когда ему было плохо и трудно.

– Помните, как сказано в бессмертном произведении? «Она меня за муки полюбила, а я ее – за сострадание к ним». Чем эта история «любви» закончилась, вы знаете.

Испытывают жалость те люди, которые не видят и не хотят видеть, что мы с вами живем в справедливом и гармоничном мире. Получается, что жалость – это производная от гордыни. Это результат непонимания высших законов и своего места в этом мире. Поэтому главное условие избавления от жалости – это вера в справедливость и гармоничность Вселенной.

Я знаю из собственного опыта, что избавиться от жалости не так-то просто. У меня на это ушло много времени. Да и то иногда прорывается. Особенно к самым близким людям. Здесь действует очень простой принцип: чем больше любви и милосердия у вас в душе, тем меньше остается места для жалости. Поэтому накапливайте любовь в своей душе. Используйте это чувство как инструмент в познании мира и в решении стоящих перед вами жизненных задач.

## СОСТРАДАНИЕ

Это чувство идет рядом с жалостью. Жалость и сострадание не могут жить друг без друга.

В словаре Даля об этом чувстве сказано так: «Сострадать – значит страдать вместе». Теперь подумайте, стоит ли брать на себя чужие страдания?

Одна моя знакомая пожаловалась мне:

– У меня есть подруга, которая постоянно приходит ко мне и рассказывает о своих проблемах и болячках.

После ее визита я чувствую себя опустошенной и раз битой. Она, наверное, вампир?

– Конечно, она забирает у тебя энергию, но только потому, что ты сама ее отдаешь. Ты ее жалеешь и сострадаешь ей. Таким образом берешь на себя ее болячки. И она привыкла получать от тебя такой вид «помощи». Твоя подруга использует тебя как помойную яму, в которую можно сбросить то, что неприятно. Но она это делает только потому, что ты сама предоставляешь ей такие услуги.

– Что же мне делать?

– Прекратить жалеть и сострадать. Если хочешь ей помочь, то помоги другими способами. Посылай ей мысленно любовь, благословение, удачу.

– Каким образом?

– Например, представляй, как тебе было бы приятно видеть ее здоровой, счастливой, довольной жизнью. Таким образом, ты ничего не теряешь, а наоборот сама накапливаешь энергию и делишься избытком с ней.

Сострадать, как это понимаю я, значит быть очень чутким и внимательным к страданиям других. Стремитесь помогать людям. Сострадая и помогая человеку решить его проблему, избавиться от той или иной болезни, вы получаете своеобразную «прививку», «страховку» от подобного недуга. Потому что, помогая человеку, вы помогаете самому себе.

## ТОСКА, УНЫНИЕ, ДЕПРЕССИЯ

– Садись! – сухо приказал дон Хуан. На лице его не было улыбки. Глаза его были яростными и пронзительными.

Я автоматически сел. Он сказал, что, допуская уныние и плохое настроение, я поступаю неосмотрительно.

С силой так вести себя нельзя, и этому необходимо положить конец, иначе сила обернется против нас, и мы никогда не уйдем живыми из этих безлюдных холмов.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Уныние возникает тогда, когда перестает радовать жизнь. Все видится в черно-белом цвете, как будто человек надел какие-то серые очки. Возникает ощущение безвыходности. Может возникнуть

нежелание жить и даже мысли о самоубийстве. В медицине такое состояние называется депрессией. В христианстве уныние относится к одному из семи смертных грехов. Человек, испытывающий уныние, разрушает себя, покушается на свою жизнь и жизнь окружающих. Ведь нежелание жить – это мысленное самоубийство. Кроме того, такой человек агрессивен настроен.

Работая с депрессивными пациентами, я обнаружил, что к депрессии приводит подавление гнева, ненависти, раздражения и обид по отношению к окружающему миру.

Ко мне часто приходят люди с депрессией, и причина у всех одна: накопленные в течение длительного времени негативные мысли по отношению к окружающему миру, к самим себе. Таким образом, люди сами создают себе депрессию, а затем ходят к психиатру и глотают таблетки, надеясь с их помощью испытать радость в жизни. Получается, что депрессия – это подавленные в свое время и возвращенные назад агрессивные эмоции. И чем больше человек испытывал агрессивных чувств и эмоций в прошлом и чем сильнее их подавлял, тем сильнее будет депрессия.

Уныние – это отражение агрессии, направленной против окружающего мира и против себя. Многие люди испытывают в жизни депрессию, потому что у них на то есть единственная причина. Они живут скучной бессмысленной, неинтересной жизнью, и потому они несчастны. Но ведь каждый человек сам создает свою жизнь. Неужели можно с помощью излияний слез, постоянных жалоб на окружающий мир или с помощью таблетки сделать жизнь интересной?

Способ поведения

Позитивное намерение

Тоска, уныние

Изменить свою жизнь и получать радость в жизни

Если человек тратит большие деньги на лекарства, на пансион в психбольнице, вместо того чтобы потратить их на что-нибудь стоящее и интересное в своей жизни, то это не психическое заболевание – это глупость и потакание своей слабости!

Вообще люди интересно создают себе депрессию. В их жизни было много приятных переживаний, но они почему-то запоминают именно неприятные. Многие преуспевают в этом. Хочу поделиться с вами

очень хорошим способом заработать себе депрессию. Всякий раз, когда происходит что-то хорошее и приятное, вы можете сказать себе гнусным, противным внутренним голосом: «Это ненадолго» или «На самом деле они не это имеют в виду». Можно на реальное событие накладывать ужасные картины того, как это будет выглядеть лет эдак через пятьдесят. Здорово, правда?

Нужно, вместо подобных вещей, которые человек проделывает годами и которые приводят к унынию, делать что-то другое. Все гениальное просто!

Приведу отрывок из книги американского психиатра М. Эриксона[4].

Однажды ко мне пришел старый приятель и рассказал о своей 52-летней тете, которая уже девять месяцев находится в тяжелой депрессии: «Тетушка только сидит, читает Библию и ходит в церковь. Друзей у нее нет. С матерью она давно в ссоре, и они даже не разговаривают. Я как-то не умею навещать ее и говорить с ней, поэтому бываю у нее редко. Но я всегда испытывал к ней нежное чувство и знаю, что сейчас ей очень плохо в душевном отношении. Когда ты в следующий раз поедешь в Мильвоки с лекцией, может, зайдешь к ней и посмотришь, чем ей можно помочь?»

Я зашел к ней вечером. Экономка и горничная уже ушли, закончив свои дела. Я подробно объяснил, кто я и от кого. Она очень пассивно выслушала меня. Я попросил разрешения осмотреть ее дом. Она так же безразлично провела меня по всем комнатам.

Я внимательно ко всему приглядывался. В солнечной комнате я увидел три цветущих куста африканской фиалки разного цвета. И отдельно в горшочке отросток еще одной фиалки.

Это, как вы знаете, очень капризные растения и быстро погибают без надлежащего ухода.

Когда я увидел эти разноцветные кусты, я сказал: «Я хочу дать вам медицинские задания и надеюсь, вы их выполните. Вам понятно? Вы согласны их выполнить? – Она равнодушно согласилась. – Завтра вы пошлете свою экономку в цветочный магазин, и пусть она купит африканских фиалок всех возможных цветов. – В то время было выведено, кажется, 13 различных сортов. – Эти фиалки будут на вашем попечении. Ухаживайте за ними как следует. Вот вам одно медицинское поручение. Затем пусть ваша экономка купит 200 подарочных цветочных горшков и 50 горшочков для рассады и цветочную землю. От каждой фиалки вы отломите по листочку и высадите в маленькие горшочки, чтобы затем получить взрослые растения. – Эти

фиалки размножаются листочками. – Когда у вас подрастет достаточное количество африканских фиалок, я хочу, чтобы вы послали по кустику в каждую семью среди прихожан вашей церкви, в которой появился новорожденный. Пошлите по цветку семье каждого ребенка, который принял крещение в вашей церкви. Посылайте фиалки всем, кто болен. А если в церкви объявляется обручение, невесте тоже следует послать фиалку, то же самое и в день бракосочетания. А если кто-то скончается, пошлите свои соболезнования с визитной карточкой и фиалкой. Когда церковь будет устраивать благотворительные базары, предложите дюжину, а то и два десятка своих фиалок на продажу». Я потом узнал, что у нее всегда было в доме до 200 взрослых растений.

Человеку не до депрессии, когда ему надо ухаживать за двумя сотнями фиалок. Она умерла, когда ей было за семьдесят. Ей присвоили титул «Королева Африканских Фиалок Мильвоки». У нее было много друзей, причем всех возрастов. Когда больной ребенок получает красивый горшок с прекрасным растением, конечно, она становится другом этого ребенка. Родителям так приятно получить такой подарок, что, когда ребенок поправляется, они идут ее благодарить. В таких хлопотах эта тетушка провела более 20 лет. Главное, не копаться в прошлом и не думать без конца о своем одиночестве. Надо дело делать, причем полезное для общества. Тетушка, может, и не задумывалась об общественном значении своих трудов. Просто увлеклась.

На следующий день после того, как я прочитал эту историю в книге М. Эриксона, ко мне на прием пришла женщина пенсионного возраста с тяжелой депрессией.

Она рассказала мне длинную историю своей болезни. Она рассказала о том, как работала зубным врачом. Рассказала о своих детях – их у нее было трое. Двое жили в других городах, а младшая дочь жила с ней и тоже страдала депрессией, потому что ее покинул любимый мужчина. С мужем эта женщина давно развелась. Еще оказалось, что она сделала 15 аборт (это меня удивило, так как она сама врач, и уж наверняка должна была знать, как предохраняться). Друзей у нее практически не было. С соседями по дому никаких отношений. Целыми днями они с дочерью сидели дома и плакали.

Она сказала, что услышала обо мне от одной бывшей сотрудницы, которой я помог вылечиться от невроза, и просила меня помочь ей.

Когда она мне рассказывала свою длинную историю, я вспомнил о недавно прочитанном рассказе из книги и решил попробовать тот же прием с этой женщиной.

– Вы знаете, – начал я, – вам многие врачи не смогли помочь. И я вряд ли смогу вам помочь. Однако у меня есть один план, который сможет принести вам облегчение. Готовы ли вы выполнить мои медицинские инструкции?

– Я готова на все, – ответила пациентка. – У меня нет другого выхода. Я спросил ее:

– Есть ли у вас комнатные растения?

– Нет, – ответила она. – Я никогда не держала дома комнатных растений, с ними так много хлопот.

– Вот слушайте внимательно мое задание. Вы сходите в цветочный магазин и купите там 15 разных комнатных цветов. Они должны быть обязательно разными. А так как вы никогда не разводили цветов и у вас нет опыта, купите книгу о выращивании комнатных растений и внимательно ее изучите. Вам потребуется уха живать за 15 разными цветами. Все они требуют очень тщательного ухода. Определите, сколько каждый цветок требует света и влаги, разместите их в квартире должным образом и ухаживайте за ними. Дайте каждому растению свое имя. Могут понадобиться дополнительные горшочки для размножения цветов, – приобретите их заранее.

Когда у вас появится достаточное количество молодых растений, начните дарить их вашим бывшим сотрудникам по работе и соседям при каждом удобном случае: праздник, день рождения, появление младенца в семье, свадьба и так далее.

Кроме этих цветов, обязательно купите три кактуса. Это очень неприхотливые растения. Они требуют очень мало внимания и ухода. Изредка обращайтесь на них внимание. Зато другие 15 ваших цветов потребуют много внимания и заботы.

Через некоторое время эта женщина снова пришла ко мне уже со своей дочерью. Выглядела она радостной и счастливой.

– Доктор, – начала она, – я вам очень благодарна. Я чувствую себя прекрасно. У меня в жизни все замечательно. Вот только настроение дочери меня настораживает. Но, глядя на меня, на то, как я изменилась, она выразила желание полечиться у вас.

Через месяц мне удалось и дочь вернуть к жизни.

Если вы хотите изменить свою жизнь, то нужно брать все в свои руки и менять. Бесполезно и глупо сожалеть о прошлом или жить прошлым. Сожаление – это агрессия против Бога, Вселенной против самого себя. Ведь это именно мы с помощью Высшей Силы создаем те или иные ситуации в своей жизни. Необходимо просто определиться: «Что сделает мою жизнь радостной и счастливой?» Теперь

откройтесь новым радостным переживаниям и впустите их в свою жизнь. Смените старые, серые мысли на новые – светлые и радостные. Наденьте разноцветные очки. Пересмотрите неприятные события прошлого столько раз, сколько нужно, и измените к ним отношение, замените старые неприятные чувства на новые – приятные. Помните, что каждый человек всегда поступает правильно. Тогда, в прошлом, у вас было определенное поведение, которое привело вас к тем событиям. Теперь вы можете без сожалений и чувства вины изменить свои мысли и создать новую жизнь. Все в ваших руках.

## ЧРЕВОУГОДИЕ, ОБЖОРСТВО

Всякий излишек противен Природе.  
Гиппократ

Чревоугодие в христианстве также относится к одному из семи смертных грехов. Почему же так опасно «угождение» своему чреву? Я думаю, потому, что человек сводит смысл жизни исключительно к набиванию желудка. «Жизнь ради еды, а не еда ради жизни!» – вот лозунг таких людей. Огромное количество бесценной жизненной энергии тратится на добывание пищи и на ее переваривание. Но ведь мы живем в этом мире явно не для того, чтобы есть. Еда должна просто восполнять потерю той энергии, которая тратится нами на повседневные дела. Кроме того, через пищу мы получаем определенную информацию об окружающем нас мире. И чем разнообразнее наше питание, тем большую информацию мы получаем. И тем меньше мы должны зависеть от своего желудка.

Способ поведения

Позитивное намерение

Обжорство

Получение удовлетворения и радости в жизни

Люди, страдающие обжорством, с помощью еды достигают для себя определенных позитивных намерений.

Прекрасное намерение – наслаждаться и радоваться жизни! Но способ имеет негативные последствия. Это и потеря драгоценной энергии на добывание еды, и ее переваривание. Это и ожирение со всеми вытекающими последствиями.

Но есть еще одна сторона, на которую люди не обращают внимание, а многие просто не знают об этом. Обжорство – это огромная агрессия против живой и неживой природы, против органического и неорганического мира.

Если человек ест только для восполнения энергетических потерь, употребляя животную, растительную и минеральную пищу, то нет никаких нарушений законов природы. Ведь когда-нибудь и наши тела станут пищей для каких-то существ. Наше тело – это одно из звеньев в круговороте веществ и энергий на Земле. Но если еда для человека – один из самых главных способов получения радости в жизни, то нарушаются законы природы. Бесконтрольное поглощение пищи – это уничтожение существ органического и неорганического мира. Не зря христианство возводит это поведение в ранг греха. И агрессия против этих миров возвращается к человеку разными способами: в виде тяжелых болезней или несчастных случаев.

Как говорил Остап Бендер: «Не делайте из еды культа!» Я не против вкусной и разнообразной пищи. Я люблю вкусно поесть. Иногда готовлю сам. Ем ту пищу, которая дает мне здоровье, энергию и наслаждение. Предпочтение отдаю «живой» пище, богатой биологической энергией. И мне нравится, когда пища приготовлена красиво и вкусно. Сам процесс еды для меня – это очень приятное занятие, от которого я получаю радость и наслаждение: «...Потому что нет лучшего для человека под солнцем, как есть, пить и веселиться...» Но у меня много других способов в жизни для получения радости и удовлетворения. И процесс еды – это всего лишь один из многих способов.

Подумайте, что, кроме еды, может приносить вам радость в жизни и удовлетворение?

Неужели цель и смысл в жизни – набивать желудок и опорожнять кишечник? Задумайтесь о самом главном и сокровенном в своей жизни, о том, что отличает нас, людей, от других существ, – это уже пора сделать.

## КОРЫСТОЛЮБИЕ, СКУПОСТЬ, ЖАДНОСТЬ

Быть недостижимым – значит бережно прикасаться к окружающему миру. Съесть не пять перепелов, а одного. Не калечить растения лишь для того, чтобы сделать жаровню. Не подставляться без необходимости силе ветра. Не пользоваться людьми, не выжимать из них все до последней капли, особенно из тех, кого любишь.

Охотник обращается со своим миром очень осторожно и нежно, и не важно, мир ли это вещей, растений, животных, людей или мир силы.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Корыстолюбие – это стремление получить какую – либо личную выгоду неблагоприятными для других средствами. Корыстный человек думает только о своей выгоде и не думает о последствиях. Страсть к приобретению, к наживе делает его неразборчивым в средствах. Конечно, нет ничего плохого в том, что человек хочет получить что-то важное для себя. Намерение хорошее. Но вот хороши ли способ?

Способ поведения

Позитивное намерение

Корыстолюбие Жадность Скупость

Получить что-либо важное для себя, необходимое и полезное. Иметь достаток в жизни

Выходит, если человек получает выгоду, а другие при этом страдают, то это корыстолюбие. Корыстолюбие несет в себе программу уничтожения других миров. Ведь вы хотите решить свои проблемы за счет страдания других. В жадном, чрезмерном стремлении удовлетворить какое-нибудь свое желание забываются намерения других. В ответ начинается деформация ваших информационно-энергетических структур, так как на тонком уровне мы все едины. Опасному воздействию подвергаются психика и глаза.

Самый простой пример корыстного поведения – это когда вы желаете неудачи или даже смерти другому человеку, или целой группе людей, или государству для того, чтобы получить какую-то материальную выгоду.

Пожелание смерти родственнику, чтобы получить наследство.

Пожелание разорения своему конкуренту по бизнесу.

Брак по расчету.

Пожелание смерти или болезни претенденту на вакантное место.

Корыстолюбие проявляется в страсти к деньгам или материальным ценностям и при этом всегда сочетается с лицемерием. Для того чтобы получить выгоду, корыстный человек может неискренне проявлять заботу, внимание, уверять в своей любви, но при этом испытывать совсем другие эмоции.

Скупость имеет те же позитивные намерения, что и жадность. Скупой человек чрезмерно, до жадности бережлив и избегает расходов. Он хочет иметь достаток в жизни, но скупость мѣшает ему по-настоящему разумно и бережно относиться к вещам.

Чтобы избавиться от корыстолюбия, скупости и жадности, начните пользоваться принципом изобилия.

Вселенная изобильна

Это очень важно понять и прочувствовать. Если вы хотите что-то получить для себя в этом мире, то вам просто нужно захотеть этого, захотеть очень сильно. Я называю это так – нужно сформировать правильно намерение и устранить возможные препятствия внутри себя. для его осуществления (более подробно об этом читайте в следующей книге). Другими словами, необходимо открыться этому миру, силам Вселенной и получить все сполна. Исходите в своей жизни из принципа изобилия Вселенной. Тогда вы получите то, что вам нужно, а другой человек получит то, что необходимо ему.

Все даже гораздо проще, чем вы думаете. Ничему новому не нужно учиться. Ведь каждый из нас и так уже получает от жизни, от Бога все, что хочет. То есть получает по "своей вере, по своим мыслям, действиям и поступкам. Вселенная, Бог, этот мир очень справедлив и гармоничен. Но если вас не устраивает то, что вы получаете, или вы хотите большего, то просто поменяйте свои установки.

Я давно пользуюсь этой моделью. Если мне нужно что-то получить, то я обязательно получаю это. Для меня в моей работе нет конкурентов и соперников. Есть союзники. И ко мне приходят именно те люди, которым я могу помочь.

Научитесь уважать другие миры. И помните, что мир другого человека, даже вашего близкого, – это уже другой мир. Относитесь ко всему в этом мире очень бережно. Вселенная изобильна – это так, и пользуйтесь всем, что она дает, осторожно и нежно. Помните, что вы – частица этой Реальности, Бога. Но и другие люди, предметы и вещи – это такая же частица. Нас всех объединяет целое. То есть на тонком подсознательном уровне мы все равны, каждый из нас равен всему остальному в этом мире.

Научитесь давать и брать. Есть закон: «Что вы отдаете, то и получаете». Очень важно, чтобы между тем, что вы получаете, и тем, что отдаете, была гармония, равновесие.

Мне очень нравится один дзенский коан. Не удержусь, чтобы не привести его в своей книге.

Мокусен Хики жил в храме в провинции Тамба. Один из его приверженцев пожаловался на скупость своей жены.

Мокусен навестил жену своего приверженца и показал ей сжатую в кулак руку.

«Что ты хочешь этим сказать?» – спросила удивленная женщина.

«Предположим, что моя рука все время сжата в кулак. Как ты назовешь это?» – спросил Мокусен.

«Увечье», – ответила женщина.

Тогда он раскрыл руку и снова спросил:

«Теперь предположим, что моя рука всегда в таком положении. Что это тогда?»

«Другая форма увечья», – сказала жена.

«Если ты хорошо это понимаешь, – закончил Мокусен, – ты хорошая жена».

И он уехал.

После его визита жена стала помогать мужу как в накоплениях, так и в тратах.

Учитесь быть щедрыми. Не расточительными, а именно щедрыми.

В книге Идриса Шаха «Сказки дервишей» есть прекрасная история о щедрости.

Один персидский король решил стать щедрым. Он собрал самых выдающихся в Иране архитекторов и приказал им выстроить на широком открытом месте дворец, чтобы в нем размещалась огромная золотая кладовая с сорока окнами.

Спустя некоторое время такой дворец был выстроен. Король приказал заполнить размещавшуюся в нем казну золотыми монетами, и

со всей страны в столицу собрали все повозки, чтобы наполнить дворец золотыми монетами.

Когда работа была закончена, глашатаи объявили королевский указ: «Слушайте все! По воле царя царей, фонтана щедрости, выстроен дворец с сорока окнами. С этого дня его величество через окна сам будет раздавать золото всем нуждающимся». Неудивительно, что к дворцу потекли бесчисленные толпы народа. Изо дня в день король появлялся в одном из сорока окон и одаривал каждого просителя золотой монетой.

Раздавая милостыню, король обратил внимание на одного дервиша, который каждый день подходил к окну, получал свою золотую монету и уходил.

Поначалу монарх решил, что дервиш берет золото для какого-нибудь бедняка, который не в состоянии прийти за милостыней сам. Затем, увидев его снова, он подумал: «Может быть, он следует дервишскому принципу тайной щедрости и одаривает золотом других». И так каждый день, завидев дервиша, он придумывал ему какое-нибудь оправдание. Но когда дервиш пришел в сороковой день, терпению короля пришел конец. Схватив его за руку, монарх в страшном гневе закричал:

– Неблагодарное ничтожество! Ты еще ни разу не поклонился мне, даже не произнес ни одного благодарного слова. Хотя бы раз улыбка озарила твое лицо.

Ты что же, копишь эти деньги или даешь их в рост?

Ты только позоришь высокую репутацию заплатанного одеяния.

Только король умолк, дервиш достал из рукава сорок золотых монет, которые он получил за сорок дней, и, швырнув их на землю, сказал:

– Знай, о король Ирана, что щедрость только тогда воистину щедрость, когда проявляющий ее соблюдает три условия.

Первое условие – давать, не думая о своей щедрости.

Второе условие – быть терпеливым.

И третье – не питать в душе подозрений.

Но этот король так никогда и не стал по-настоящему щедрым. Щедрость для него была связана с его собственными представлениями о «щедрости», и он стремился к ней только потому, что хотел прославиться среди людей.

Соперничество без основных качеств, подкрепляющих это соперничество, ни к чему не приводит. Щедрость не может быть развита в

человеке до тех пор, пока другие добродетели также не будут развиты.

## ЗАВИСТЬ

Зависть – это досада по чужому добру или благу. Корыстолюбие и зависть всегда стоят рядом, так как совпадают их намерения: желание иметь или получить что-то важное и необходимое для себя.

Способ поведения

Позитивное намерение

Зависть

Получить что-либо важное для себя, необходимое и полезное: материальное благополучие, прекрасные отношения, успех. Иметь достаток в жизни. Иметь то, что есть у других, но отсутствует в моей жизни

Человек завистливый испытывает раздражение, неудовольствие и не может спать спокойно, когда его сосед или знакомый приобретает или получает что-то такое, чего нет у него. В его подсознании формируется программа уничтожения другого человека, того предмета или человека, из-за которого возникла зависть, и, кроме того, программа уничтожения своего мира. Зависть формирует огромную сознательную и подсознательную агрессию. Не зря это чувство христианство относит к одному из семи смертных грехов. Зависть чрезвычайно разрушительна для самого ее автора и для Вселенной.

Помните притчу? У одного человека был очень богатый сосед. И этот человек хотел иметь все то, что есть у его соседа. И тогда он обратился к Господу Богу и попросил для себя материальные блага. Бог ответил: «Я дам тебе все, что ты захочешь, но только с одним условием – твоему соседу я дам в два раза больше». И тогда этот человек попросил: «Господи! Выколи мне один глаз!»

Завистливый человек не понимает, что выступает против окружающего мира. Он не осознает своего истинного места и предназначения во Вселенной. Он не знает и не верит, что Вселенная сама позаботится о нем и даст ему именно то, что необходимо.

Человек может получить в жизни все, что только захочет: любые материальные и духовные блага. Для этого необходимо открыться

силам Вселенной. А зависть мешает сделать это. Это пагубное чувство делает человека агрессивным и закрытым.

Если у вас есть зависть, составьте для себя программу избавления от нее.

В первую очередь для получения чего-либо в своей жизни пользуйтесь принципом изобилия. Суть этого принципа очень проста: Вселенная, Бог изобильны, а вы достойны иметь в этой жизни все, что вам необходимо. Берите и пользуйтесь. Радуйтесь и наслаждайтесь. И делайте это по-доброму, с чистыми помыслами.

Как можно чаще искренне желайте удачи другим людям. Это прекрасное лекарство от зависти, а также и от многих болезней и проблем в жизни, которые зависть вызывает. Желайте удачи своим близким, соседям, своему городу, правительству, своей стране, другим странам, планете Земля, другим цивилизациям.

Мне на работе, да и в жизни, часто приходится слышать, как люди ругают правительство и ту страну, в которой живут. Тогда чего же хорошего они ждут от «плохого» государства? Вот они и получают то, что ожидают.

Желая удачи и всего хорошего другим людям, вы притягиваете удачу в свою жизнь.

Научитесь также радоваться счастью и успехам других людей. Этим вы тоже привлекаете удачу и счастье в свою жизнь. Если мой сосед или знакомый купил прекрасный дом или машину, но этого нет у меня, то глупо завидовать и тем самым отравлять свою жизнь. Я лучше порадуюсь вместе с ним. Так я приближу момент обладания тем же, если мне это нужно.

## ЛИЦЕМЕРИЕ

Берегитесь лжепророков, которые приходят к вам в овечьей одежде, а внутри суть волки хищные.

Новый Завет

Быть лицемерным – значит быть двуличным, действовать притворно, принимать на себя личину, не соответствующую внутреннему состоянию. Человека лицемерный говорит или выставляет напоказ одно, а думает или делает другое. От общения с такими людьми часто болит голова. Это происходит потому, что люди, общаясь друг

с другом, воспринимают информацию по крайней мере на двух уровнях: сознательном и подсознательном. В сознание проходит одна информация, а подсознание воспринимает совершенно другую информацию. Человек пытается совместить вещи несовместимые. В результате – головная боль или плохое настроение.

Но не только при общении с лицемерными людьми болит голова, но и сами лицемеры страдают от подобных вещей. Ведь быть двуличным означает раздвоение личности со всеми вытекающими последствиями.

Способ поведения

Позитивное намерение

Лицемерие

Лесть

Получение для себя чего-либо

Человек лицемерный пытается получить для себя какую-то выгоду, представляя себя окружающим в одном свете, будучи внутри совершенно другим. Политики часто имеют такое качество. С помощью лицемерия можно получить материальную выгоду, «втереться» в доверие или получить внимание. Но способ этот имеет вредные побочные последствия: и для здоровья, и в личной жизни.

Лицемеру постоянно приходится притворяться, обманывать окружающих какими-то внешними действиями. Он не может быть самим собой. Но рано или поздно те мысли и чувства, которые человек скрывает, начинают проявляться в окружающем мире. Ведь внешнее отражает внутреннее.

Причина лицемерия в недоверии к самому себе и к окружающему миру. Человек лицемерный не верит в то, что он может получить что-либо в своей жизни, будучи при этом искренним и открытым.

Научитесь принимать и любить себя таким, какой вы есть на самом деле. Уважайте свою индивидуальность. Будьте искренни в проявлении своих чувств и желаний. Стремитесь показать людям свое истинное лицо. Как говорится, будьте проще – и к вам потянутся люди!

## ЛОЖЬ, ОБМАН

Вопросы истины и лжи беспокоят обычного человека, ему важно знать, что правда, а что нет. Воину до этого ровным счетом нет никакого дела. Обычный человек по-разному действует в отношении того, что считает правдой, и того, что считает ложью. Ему говорят о чем-то: «Это правда». И он действует с верой в то, что делает. Ему говорят: «Это неправда». И он опускает руки, он не действует; или, если даже и действует, не верит в то, что делает, что не меняет сути. Воин действует в обоих случаях. Ему говорят: «Это правда». И он действует с полной ответственностью, и это – его делание. Ему говорят: «Это неправда». И он действует с полной ответственностью, и это – его неделание.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Лгать и обманывать – значит вводить кого-либо в заблуждение, уверять в небыти, говорить неправду, то есть противное истине. Обман и лицемерие стоят всегда рядом, так как цели их одинаковы.

Способ поведения

Позитивное намерение

Ложь

Обман

Получение для себя чего-либо: материального благополучия, душевного спокойствия, сохранение отношений

Последствия лжи известны – это недоверие окружающих. «Кто сегодня обманет, тому завтра не поверят».

Часто родители говорят своим детям неправду, а потом удивляются, почему их дети им не доверяют. А нужно-то всего лишь сказать правду, но на детском языке.

Как-то семилетний сын моего знакомого спросил у своего дедушки:

– Дедушка, а ты занимался с бабушкой сексом?

Дедушка покраснел и ответил:

– Нет, не занимался.

– А я видел по телевизору, как одна женщина с мужчиной занималась сексом, – сказал внук. – Давай я тебя научу.

И при этом он показал бабушке все подробности.

Ложь всегда была пагубной, хотя существует мнение, что есть так называемая «святая ложь», то есть ложь во имя добра. Но давайте разберемся, так ли это? Например, у больного раковая опухоль, а врач и родственники скрывают от него это, не хотят пугать его. Но тем самым они отнимают у него знание истины, а вместе с ней и тот единственный шанс на спасение, который всегда есть у больного. В большинстве стран мира больным сообщают о смертельно опасных диагнозах. Это правильно, так как человек должен знать о том, какую болезнь он себе заработал. Тогда у него есть возможность заглянуть внутрь себя и что-то изменить перед лицом Смерти. Нужно сказать человеку правду и при этом пожелать успеха. Ложный гуманизм всегда был вреден.

В некоторых ситуациях люди вынуждены скрывать правду долгие годы и при этом испытывать угрызения совести. В таких случаях их подсознательный разум, в конце концов, создает такую ситуацию, когда скрытое становится явным.

Елена познакомилась с Сергеем. Их отношения благополучно развивались, и через некоторое время они решили пожениться. Для Сергея было важно, чтобы его будущая жена была девственна, и Елена знала об этом. Но к великому своему сожалению, девственность она давно потеряла. И тогда она решила на обман. Елена сделала операцию по восстановлению девственной плевы. По непонятным для нее самой причинам квитанцию об оплате за операцию она сохранила. Молодые люди прожили вместе пять лет, у них родилась девочка.

Однажды муж искал свои документы и случайно обнаружил в столе эту квитанцию. С этого момента семейная жизнь Елены превратилась в ад. Она до сих пор задает себе вопрос: «Ну для чего я сохранила эту квитанцию?»

Часто люди не понимают, что скрывать ничего не нужно. Необходимо просто освободиться от чувства вины иногда ложь станет правдой. Ко мне на лечение иногда приходили родители с приёмными детьми. Они спрашивают меня о том, чувствует ли ребенок, что родители его – неродные. В таком случае я всегда спрашиваю, а любят ли они по-настоящему этого ребенка, испытывают ли родительские чувства, особое чувство принадлежности. Если да, то нечего бояться и переживать. Приёмный ребенок чутко реагирует на любые, даже незначительные сомнения своих родителей. Если есть сомнения и

чувство вины – будут последствия. Если родители спокойны – ребенок спокоен тоже.

В таком случае нет никакого обмана. Если человек берет на себя ответственность быть родителем для ребенка, то между ним и ребенком устанавливается энергетический мост, то есть на энергетическом уровне они – единое целое. И не важно, как родители получили ребенка. Истина здесь в том, что это их настоящий ребенок. Ведь главное родство не физическое, а духовное.

Начинайте говорить только правду. Это очень приятно и легко. Тем более, что не существует лжи – все есть правда. И наоборот, все есть ложь. Как это понять? Очень просто. Вспомним историю. Во времена Аристотеля Солнце вращалось вокруг Земли. Земля была плоская, и вообще весь мир был плоский. Тех, кто говорил обратное, просто сжигали на кострах. Но наступила эпоха Возрождения, и с новыми открытиями появился новый взгляд на мир. Воцарилась ньютоново – картезианская модель строения Вселенной. В ее основе лежит закон тяготения и причинно-следственные связи. Благодаря этой модели успешно стали развиваться всевозможные науки: химия, физика, механика, биология. Новые открытия шли лавинообразно. На основе этой модели Бор создал свою модель строения атома. И вот не так давно физики решили, что атом, да и вообще весь мир, устроен по-другому. Так что же получается? Выходит, что модель строения атома Бора ложна? Но ведь после этого не исчезли все те достижения науки, которые были сделаны благодаря старым моделям. Так что же считать истиной, а что ложью?

Думаю, что существует только одна истина – Сама Реальность. И ее невозможно описать никакими словами, невозможно видеть. ЭТО можно только прочувствовать душой, подсознанием. А все открытия науки, все теории строения мира – это только очередной этап на пути познания Истины, на пути к Богу. Поэтому я верю любой теории, любой модели, но я также знаю, что она уже по сути своей ложна, так как не отражает самой Истины. Я просто решаю для себя, какая модель и в чем может быть мне полезна.

Получается, что в этом мире нет ни истины, ни лжи, а есть просто ступени в познании Истины.

Есть еще один интересный момент. Если вы пользуетесь новой моделью сознания и берете на себя ответственность, то вас невозможно обмануть. Ведь согласно новой модели, в подсознании хранится информация обо всем, о любом событии, которое было, есть и будет. Такова природа сознания. Поэтому вам не нужно беспокоиться о

том, правдива информация или ложна. В любом случае она будет полезна для вас.

Я также обнаружил, что постепенно, по мере овладения новой моделью, появляется способность читать мысли людей, узнавать их сокровенные желания. А когда появляется это знание, то вопросы истины или лжи вообще перестают существовать.

Ну а если в вашей жизни встречается ложь и обман, то только потому, что вы верите в их существование.

## ЛЕСТЬ

Лесть – это похвала с корыстной целью. притворное одобрение, лукавая угодливость. Человек льстивый готов вознести другого на какие угодно высоты, лишь бы получить от него что-нибудь, будь то материальная выгода или внимание, одобрение.

Способ поведения

Позитивное намерение

Лесть

Получение для себя чего-либо

Человек льстивый разрушает самого себя и окружающий мир. Ведь возвышая кого-либо, он принижает себя. Лесть – одна из производных гордыни.

Один мой знакомый говорил, что больше всего в людях он не выносит лести. Наверное, каждый, кто общался с такими людьми, ощущал неприятные чувства. Эти неприятные ощущения появляются потому, что лесть не \_ сет в себе заряд подсознательной агрессии. Не зря раньше говорили, что лестью душу вынимают.

Человек, который знает себе настоящую цену, стремится выразить свою индивидуальность в этом мире; человек, который уважает себя, свободен от лести.

Научитесь искренне и бескорыстно хвалить людей, одобрять их поступки, Делать им комплименты. Просто так! Пусть это будет один из способов делать людям приятное.

## РЕВНОСТЬ

Ревность – это мучительное сомнение в чьей – либо верности и любви. Это одно из самых пагубных чувств. Оно разрушает семьи, убивает любовь, вызывает тяжелейшие болезни. С людьми, страдающими от ревности, мне приходится сталкиваться практически ежедневно.

На прием пришел мужчина с сильными головными болями, которые появились после сотрясения мозга. Как только он вошел в кабинет, я сразу понял, в чем причина, мне нужно было обращаться к его подсознанию. Когда работаешь с людьми долгое время, начинаешь быстро интуитивно замечать основные черты их характера.

А причина банальна – ревность к жене. Доказательств ее измены не было, но были подозрения и сомнения. Следствие ревности – сотрясение головного мозга и головные боли. Ведь ревность в первую очередь «бьет» по голове, так как основана на ненависти. После работы над собой боли исчезли и улучшились отношения с женой.

Ревность родителей может приводить к серьезным болезням детей.

Недавно на прием пришла семья с маленьким ребенком. У ребенка недавно были эпилептические приступы. Причина все та же – ревность. Дело в том, что отцу ребенка уже за 50, а матери недавно исполнилось 30 лет. Ревновал он ее по малейшему поводу и без повода. Кроме ревности, были и другие проявления высокой подсознательной агрессии. Все это отразилось на ребенке, причем его уровень подсознательной агрессии гораздо выше, чем у его родителей. В данном случае болезнь – это сигнал родителям, чтобы они поменяли свое поведение, мировоззрение.

Ревность не только разрушает отношения, но она может быть препятствием для их установления.

Один мужчина, которому недавно исполнилось 40 лет, никак не может создать семью. Даже не бывает просто долговременных отношений с женщинами – повстречаются немного и разбежались. Родители его переживают, осуждают, что нет семьи. Мать ходила к разным гадалкам и экстрасенсам. Они говорят, что его сглазили, что ему «сделали», что его от женщин отделяет стена. Они, мол, женщины, его зовут, тянут к себе, а он как будто их не слышит и не видит.

Но причина в нем самом. И причина эта – ревность. Ревность и есть эта стена. Причем она настолько сильна, что его подсознание не

позволяет ему иметь стабильные отношения с женщинами. Потому что, как только его отношения с женщиной станут стабильными или законными, запустится программа самоуничтожения. Вот потому его подсознание и создает разного рода препятствия, сохраняя ему жизнь.

Ревность представляет собой комплексное чувство, состоящее из нескольких: злость, гнев, ненависть, обида, сомнения, жалость к себе и неуверенность, презрение. Каждое из этих чувств приносит свои плоды.

Ревнивец испытывает ненависть к своему сексуальному партнеру, к сопернику и к самому себе. Таким образом он формирует классический любовный треугольник! Если в вас есть хоть капля ревности – ждите, треугольник скоро будет. Вы сами его создадите своей ревностью. Люди сами создают себе проблемы, а потом обвиняют в этом других.

Ревность, как и всякое другое чувство, имеет свои позитивные намерения:

Способ поведения

Позитивное намерение

Ревность

Желание иметь прочные, целомудренные, надежные отношения с любимым человеком. Показать свою любовь и быть уверенным в любви партнера (есть выражение: «Ревнует – значит любит»)

Намерения действительно прекрасны. Каждый хочет любить и быть любимым, быть спокойным за свои отношения с любимым человеком. Но давно пора понять, что ревность никогда еще не делала отношения крепче. Наоборот, она убивает любовь. Ненависть и любовь несовместимы.

Как рождается ревность и как от нее избавиться?

Первое. Ревность – это признак того, что вы зацепились за отношениями как следствие, боитесь потерять того, кто вам дорог. Но нельзя относиться к близкому человеку как к своей собственности. Нам в этом мире ничего не принадлежит, даже наша собственная жизнь.

Не должен близкий человек быть целью всей вашей жизни. Это не цель – это средство для выражения ваших чувств. Снимите его с «пьедестала» и поставьте рядом с собой.

Отпустите от себя чувство собственности и страх, что вас покинут. Измените отношение к близким, любимым людям. Они не

принадлежат вам. У каждого из них свой мир и своя жизнь. Каждый человек изначально одинок в этом мире, и в то же время каждому из нас принадлежит весь мир. Вселенная дает вам возможность, своего рода подарок, жить вместе с этими людьми. Примите этот подарок с благодарностью и относитесь к нему бережно. Укрепляйте отношения работой над собой а не агрессией и ненавистью, направленной на воображаемых или реальных соперников. Уважайте индивидуальность своего близкого человека! И помните! Невозможно потерять то, что нам не принадлежит.

Второе. Вы уже знаете закон – подобное притягивает подобное. Если вы бросаете «косые» взгляды на других или у вас бывает сексуальное влечение к другим, то ваш близкий человек уже подсознательно знает об этом, только пока не осознает этого. И в скором времени может проявить такое же поведение. Поэтому, прежде чем ревновать, побеспокойтесь о чистоте собственных помыслов.

Третье. Ревность – это еще и признак того, что вы не уверены в себе, как в мужчине/женщине. Вы считаете себя в чем-то плохим/плохой или недостаточно хорошим/хорошей.

Например, если у женщины есть комплекс неполноценности, то она уже этим дает повод мужчине искать недостающее в других женщинах. Или мужчина, считающий себя недостаточно мужественным, буквально заставляет любимую женщину искать кого-то «на стороне».

Измените к себе отношение. Начиная себя любить, ценить и уважать. Если вы сомневаетесь в любви к вам, то начинайте проявлять любовь к себе – и тогда получите близкого человека тоже самое. Вы – прекрасны и достойны в этом мире самого хорошего, в том числе и жить вместе с любимым человеком и иметь с ним прочные отношения.

Поэтому принимайте и любите себя такой/таким, какая/какой вы есть.

Четвертое. Научитесь доверять. Доверие близкому человеку это высшее проявление любви.

Пятое – не менее важное. Любовь можно выразить разными способами, но только не стоит прибегать к ревности. Иначе от вашей любви ничего не останется. Ревность очень плохой способ для выражения своих чувств.

## БЛУД И ПРЕЛЮБОДЕЯНИЕ

Вы слышали, что сказано древним: «не прелюбодействуй».

А Я говорю вам, что всякий, кто смотрит на женщину с вожделением, уже прелюбодействовал с нею в сердце своем.

Евангелие от Матфея

Блуд – это половое распутство а прелюбодеяние – нарушение супружеской верности. В христианской религии блуд относится к одному из семи смертных грехов. А прелюбодеяние тоже является тяжким грехом. И надо сказать, не без основания, так как и то и другое имеет тяжелые последствия для здоровья человека, для его судьбы и для судьбы его детей.

Блуд и прелюбодеяние (а в простонародье – распутство) приводит в первую очередь к венерическим заболеваниям. Оно же может быть и причиной бесплодия.

На прием ко мне пришел молодой мужчина с необычной проблемой. В последнее время у него появился страх заболеть сифилисом. Состояние было навязчивым. Он каждый день осматривал себя с головы до ног: внимательно исследовал кожу на теле и на половом члене. Заглядывал себе в рот – искал признаки болезни. Он изучил всю литературу по этому вопросу.

Болезни у него, конечно, не было, но этот страх мешал ему нормально жить. Он стал бояться есть в общественных местах, ездить в общественном транспорте, здороваться за руку. Самое интересное, что через некоторое время у него действительно начали появляться некоторые признаки болезни, хотя анализы были совершенно чистыми.

Установив контакт с его подсознательным разумом, мы выяснили причину такого странного поведения.

«Я наказываю тебя за твое распутство, – ответило ему подсознание, – учу тебя правильному поведению в отношении женщин».

Оказывается, в молодости он вел очень разгульный образ жизни. Тогда ему это было необходимо. Он был в душе очень ревнивым человеком. И беспорядочные половые связи помогали ему на некоторое время избавиться от сильной ревности. После того как он женился и у него родилась дочка, подсознательный разум решил наставить его на путь истинный другим способом.

Мы изменили его подсознательную программу поведения, создали новые способы, и страхи прошли.

В истории венерических болезней есть интересная закономерность. Все они появлялись в тот период, когда происходили так называемые сексуальные революции. А сразу после сексуальной революции шестидесятых, когда с сифилисом уже научились бороться с помощью антибиотиков, появился СПИД. Он пришел на смену прежним болезням, которые распространялись только половым путем. Болезнь эту вызывает вирус, а с вирусами наша наука бороться еще не научилась. Да и нужно ли бороться? Давно пора понять, что болезнь – это сигнал. Устранять необходимо причину болезни. А причина – в поведении человека.

Раньше религия с помощью заповедей хоть как-то контролировала сексуальное поведение. Сейчас же все запреты сняты. А правильному поведению между мужчиной и женщиной мало кто обучает. Книжки, пресса и телевидение в основном демонстрируют сексуальную патологию.

Но раз существует половое распутство, то, значит, оно для чего-то нужно. Какие же позитивные намерения оно выполняет?

Способ поведения

Позитивное намерение

Блуд

Прелюбодеяние

Получение любви и удовлетворения в отношениях с противоположным полом

Представьте такую ситуацию. Между мужем и женой происходит конфликт: взаимное недовольство, претензии, обиды. Как вы уже знаете, все эти чувства и эмоции убивают чувство любви. А если это происходит постоянно? О каком тогда понимании и взаимном удовлетворении может идти речь? Но люди все равно хотят наслаждения и удовлетворения. И вместо того, чтобы изменить себя и свои отношения, они ищут все это на стороне, не задумываясь о последствиях.

Я пришел к убеждению, что к блуду и прелюбодеянию склонны очень ревнивые люди. То есть те, которые зацеплены за отношения, которые отношения с противоположным полом ставят на первое место в жизни. Они не понимают, что отношения – это не цель и не смысл в жизни, а всего лишь средство для полноценной жизни, как известно, ревность порождает колоссальную сознательную и

подсознательную агрессию. А беспорядочные половые связи помогают на некоторое время снять эту зацепленность за отношения и приглушить эту агрессию. Как алкоголик с помощью спиртного подавляет свою подсознательную агрессию на себя и окружающий мир, так и блудник или блудница с помощью распутства стараются нейтрализовать свою ревность. Но распутство – плохое лекарство от ревности, хоть и сладкое. Длительное и бесконтрольное применение любого лекарства имеет свои негативные последствия.

Избавиться от тяги к беспорядочным половым связям можно только одним способом – избавившись от "ревности. А ревность, в свою очередь, поражается гордыней то есть неправильным отношением к Богу, Вселенной, к себе и противоположному полу. Именно поэтому половое распутство возведено религией в ранг греха, да еще и смертного.

Я убедился, что, как только человек любовь к Богу ставит на первое место в жизни, все сразу становится на свои места. Исчезает гордыня и ревность. Отношения с близким человеком становятся средством для саморазвития и начинают приносить наслаждение, радость и удовлетворение, а не превращаются в источник боли и страдания. Если вы хотите гармонии во взаимоотношениях, то воспринимайте любовь к близкому человеку как часть любви к Богу, Вселенной. Перестаньте относиться к своему партнеру как к собственности и в то же время не возводите его на пьедестал. Относитесь к своему партнеру бережно, как к подарку Вселенной, как к своему отражению, а к отношениям с ним – как к средству для саморазвития и самосовершенствования.

#### Резюме

Я предпринял попытку и описал негативные эмоции с позитивной точки зрения. Я думаю, что это у меня получилось. Хорошо или плохо – судить вам.

Давайте еще раз вспомним те эмоции и то поведение, которые являются причиной болезней и различных проблем в личной жизни. Вот их перечень:

- Гордыня, эгоизм, чувство собственной важности
- Обвинение (других и себя)
- Критика (других и себя)

Претензии (к другим и к себе)  
Недовольство (другими и собой)  
Осуждение (других и себя)  
Презрение и неприязнь (к другим и к себе)  
Ненависть (к другим и к себе)  
Раздражение  
Злость, гнев  
Обиды  
Месть  
Досада  
Разочарование  
Злословие и зломыслие  
Хвастовство  
Страх, тревога и беспокойство  
Сомнения и неуверенность  
Жалость, сострадание и сожаление  
Уныние, тоска и депрессия  
Чревоугодие, обжорство  
Корыстолюбие, жадность и скупость  
Зависть  
Ложь и обман  
Лицемерие  
Лесть  
Ревность  
Блуд и прелюбодеяние

Подчеркните те эмоции, которые присущи вам. И начинайте работать над собой, пока не вычерпаете их все.

Это еще не полный перечень негативных, разрушительных эмоций. Я описал только самые важные. В своей жизни и работе я пришел к убеждению, что все они являются в конечном итоге порождением гордыни, то есть чувства собственной важности, эгоизма. Ведь гордыня – это результат непонимания своего места в этом мире и цели в жизни, неправильного отношения к себе и к окружающему миру. А это приводит, в свою очередь, к дисгармонии. Гордыня – это своеобразная гидра с тридцатью головами. И ее необходимо победить. Можно постепенно, отсекая одну голову за другой. А можно и сразу.

Раньше считалось, что болезни – от дьявола. Что это проявление неких темных, бесовских сил. До сих пор некоторые целители, колдуны, экстрасенсы все свои усилия направляют на то, чтобы изгнать

чертей, снять сглаз и порчу. Но это в корне неверно, так как болезнь при этом никуда не уходит, а просто «сбрасывается» на более тонкие информационно-энергетические слои подсознания. А потом возвращается обратно, усиленная во много раз. Еще Иисус Христос учил: «Когда нечистый дух выйдет из человека, то ходит по безводным местам, ища покоя, и не находит. Тогда говорит: возвращусь в дом мой, откуда я вышел. И пришел, находит его незанятым, выметенным и убранным. Тогда идет и берет с собою семь других духов, злейших себя, и, вошедши, живут там; и бывает для человека того последнее хуже первого».

Нельзя изгонять болезнь. Ее не необходимо использовать. Потому что нет такой силы в этом мире, которую нельзя было бы использовать с позитивной целью. Теперь вы знаете, что болезнь – это внешнее проявление таких разрушительных эмоций, как злость, ненависть, обида и др. А каждая из них выполняет свои позитивные функции, служит для саморазвития. Таким образом, появляется возможность использовать разрушительные силы с пользой для себя и окружающих.

Если у вас есть болезнь или какая-то проблема в личной жизни, то обратитесь внутрь себя и узнайте, каким вашим негативным поведением, эмоциями и мыслями она вызвана. После того как обнаружите такое поведение, начните избавляться от него. В этом вам поможет метод подсознательного программирования.

Измените свое отношение к болезни. Относитесь к ней уважительно. Ваша болезнь – это благо для вас. Не ругайте ее, не ругайте себя. Не подавляйте ее лекарствами, не боритесь с ней. Болезнь – это сигнал вашего подсознательного разума о нарушении вами вселенских законов. Именно так к ней и относитесь. Примите ее. Избавьтесь от нее, оставив всякие попытки избавиться от нее. Здесь нет никакой путаницы. Используйте свою болезнь как средство для саморазвития. И как только вы измените свое мировоззрение, болезнь вам уже не понадобится. Она просто исчезнет, так как отпадет необходимость в ней. Она пришла из ниоткуда и уйдет в никуда.

#### **Глава 4. МЕТОД ПОГРУЖЕНИЯ И ПОДСОЗНАТЕЛЬНОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ**

Вы уже знаете о том, что болезнь – это внешнее проявление на физическом уровне определенных мыслей и эмоций. Вообще, все в этом мире – это результат наших мыслей. Мы сами создаем свой мир своим поведением. Наши мысли материализуются. Таким образом, мы можем создавать в своем мире приятные и неприятные вещи. Болезнь – это проявление дисгармонии и относится к вещам неприятным, поэтому человек хочет от нее избавиться.

Чтобы избавиться от болезни, нужно пройти, как минимум, через три этапа.

1. Необходимо, прежде всего, взять на себя ответственность и определить, какими мыслями и каким своим поведением мы создали эту болезнь. Для этого обратитесь внутрь себя, к самому себе и найдите эти разрушительные мысли и эмоции. В этом поиске вам поможет перечень негативных эмоций, который приведен выше, и вторая книга.

2. После того как вы нашли пагубное поведение, которое привело к страданию, выясните, какое позитивное намерение оно выполняло для вас. Именно позитивное, а не негативное. То есть намерение должно быть сформулировано без отрицания, без частицы «не». Например, позитивное намерение обиды – изменить к себе отношение; чувства вины – изменить свое поведение; раздражения и злости – изменить окружающий мир в соответствии со своими ожиданиями. Я обнаружил, что люди привыкли мыслить негативными понятиями. Они скорее знают, чего не хотят в жизни, и не знают, что им нужно. Вот пример:

Приходит женщина ко мне на прием. Диагноз у нее – «опухоль матки». Она долго рассказывает о своих проблемах, о своей боли. После того как она заканчивает повествование, я спрашиваю ее:

– Что же вы хотите для себя?

– Я хочу избавиться от болезни, – отвечает она.

– То есть, если я вас правильно понял, вы не хотите болеть? – спрашиваю я ее.

– Да, доктор, вы совершенно правы, – соглашается пациентка.

– Хорошо. Но я вас спросил о том, чего вы хотите, а не о том, чего не хотите.

– Доктор, я вас не понимаю. – Пациентка удивленно смотрит на меня.

– Понимаете, – спокойно объясняю я женщине, – то, как я вас спрашиваю и что я хочу услышать от вас, очень важно для вашего

излечения. Фактически, я уже начал лечение. И оно началось с этого моего вопроса:

«Чего вы для себя хотите?» Вы уже долго и много ходили по врачам. Они множество раз объясняли вам, в чем ваша патология. Все свои диагнозы вы знаете наизусть.

Вы прекрасно знаете, от чего вы хотите избавиться. Но вы также должны знать и то, к чему мы с вами будем стремиться в результате нашей с вами совместной работы. Это знание должно быть конкретным.

– Я, кажется, поняла! – восклицает женщина. – Я должна была сказать: «Я хочу быть здоровой».

– Правильно. А теперь объясните для меня и для себя тоже, что значит для вас быть здоровой.

– Ну во-первых, – начинает пациентка, – я хочу, чтобы у меня была здоровая матка. Потом, я хочу, чтобы не было боли внизу живота...

– Стоп, – прерываю я ее, – вы только что применили отрицание, частицу «не». То, что вы хотите, должно быть позитивно, то есть без частицы «не».

– Ага, поняла. Но как сказать позитивно, чтобы не было боли?

– Например так: «Я хочу ощущать приятное спокойствие и чувство комфорта внизу живота».

– Я хочу ощущать приятное чувство комфорта внизу живота, – повторяет женщина и продолжает дальше: – Я хочу, чтобы мои менструации были регулярными, приходили бы каждый месяц, в нужное время. Чтобы они приходили легко и чтобы я узнавала о том, что они пришли, только в момент их появления. Чтобы я чувствовала себя прекрасно до, во время и после месячных.

Чтобы кровь из матки выделялась только во время месячных и количество выделившейся крови было бы оптимально для меня. Чтобы мое общее самочувствие было прекрасным. Чтобы я радовалась жизни.

– Замечательно! Теперь и вы, и я знаем, к чему стремиться.

После этого мы с женщиной продолжаем дальнейшую работу. Установив контакт с подсознанием, мы выясняем, что болезнь – это результат накопленных многолетних обид на мужа.

– Для чего вы обижались на него? – спрашиваю ее.

– Ну, потому что он пил, гулял, изменял мне постоянно, оскорблял, иногда бил меня.

– То есть вы за это на него обижались. Но я спросил вас, не «почему», а «для чего» вы обижались на мужа?

– Для того чтобы он не обижал меня, – отвечает женщина.

– Теперь сформулируйте то же самое, но позитивно.

– Я хотела, чтобы он изменил свое отношение ко мне, чтобы у нас была дружная и крепкая семья.

– Хорошо! А вы никогда не задумывались над тем, почему ваш муж так себя ведет? Чем вы привлекли в свою жизнь такого мужчину?

– Чем? Такой он, наверное, был до меня. Хотя, – женщина задумывается, – раньше он не бил, был другим. Не знаю.

– А какие у вас были отношения с отцом? – спрашиваю я ее.

Женщина после моего вопроса заливается слезами.

– Вы знаете, доктор, он тоже бил и бил мать.

– Так какое же у вас сформировалось отношение к мужчинам в вашем подсознании с самого детства?

Сколько у вас накопилось обид на вашего отца и жалости к своей матери!

– Я своего отца вообще долгое время ненавидела.

Сейчас он мне безразличен. Получается, что такой муж мне дан Богом в наказание?

– Нет, не в наказание. Просто ваш муж отражает ваши мысли в отношении мужчин. У вас с детства сформировалось агрессивное отношение к мужчинам и отложилось в подсознании. И вот эта разрушительная программа привлекла в вашу жизнь такого мужа, который своим поведением учит вас. Учит любви к себе, как к женщине, и учит любви к мужскому началу Вселенной.

– Что же мне делать? – спрашивает женщина.

– Вам необходимо пересмотреть всю свою жизнь.

Свои отношения с отцом и свои отношения с мужем (я дал женщине схему перепросмотра личной истории – приведена ниже). Прежде всего вам нужно осознать, что нивашотец, нивашмужни в чем не виноваты. Ваша мать сама привлекла в свою жизнь такого мужчину своей программой ненависти к ним, которая передалась ей от ее бабушки. Но она не прошла урока, не избавилась от гордыни, не смогла подняться выше своей ненависти и своих обид. И теперь эту программу отрабатываете вы.

Если бы вы пошли на операцию и ничего бы в себе не изменили, то вы оставили бы отрабатывать эту проблему своей дочери.

– Она ее уже отрабатывает, – сказала пациентка. – Недавно развелась с мужем.

– Вот видите. Если вы начнете работать над собой, то сможете не только себе, но и своей дочери.

После этого мы создаем новые способы поведения, новые мысли в отношении мужчин и в отношении себя, как женщины. Уже через несколько дней прекратилось маточное кровотечение, а через месяц УЗИ показало, что опухоль значительно уменьшилась в размерах.

3. После того как вы сформулировали позитивное намерение, необходимо создать новые способы для его осуществления. Подумайте вот о чем. В течение длительного времени в определенных ситуациях вы пользовались каким-то одним способом поведения. Он приносил вам боль и страдание, но вы продолжали им пользоваться дальше потому, что: во-первых, не знали, для чего вы это делаете, а во-вторых, не знали, что делать вместо этого. Теперь у вас появляется возможность изменить свою подсознательную программу поведения. Для этого исследуйте ее. Определите, что в вас заложили с детства, какие принципы и правила. Во что вы верите и откуда у вас такая вера?

Давайте представим, что человека с детства обучили тому, что все двери открываются только в одну сторону – на себя. О других способах открывания дверей он просто не знает. Его так учили родители, учителя. Все так поступали вокруг. И вот он попадает в такое место, где двери открываются по-разному, но не так, как его учили. Он подходит к двери, дергает ее, но она не поддается. Ему очень нужно попасть туда, за эту дверь, но открыть он ее не может. Ведь он знает только один способ открывания дверей, но этот способ почему-то не срабатывает. Он даже не пытается попробовать по-другому. Ведь его с детства учили, что все двери открываются только в одну сторону. У него просто нет выбора. Таким образом, пока он не попробует другой способ, он так и останется навсегда в этой одной комнате, ограничивая свою жизнь и сваливая всю вину на себя и «неправильную» дверь.

Так поступает большинство людей. Их модели поведения очень ограничены. Они принимают на веру какие-то определенные высказывания, убеждения, принципы. И они пользуются ими, как роботы, постоянно прокручивая в своем сознании и подсознании. Они не понимают, что именно этими мыслями и эмоциями создают свою жизнь. Эти мысли приносят им боль и страдание, а они обвиняют в этом других или так называемые «обстоятельства».

Если вас появилась проблема в личной жизни или болезнь – это сигнал вам о том, что в вашей жизни, в ваших мыслях произошел застой. Необходимо развиваться, менять свое поведение. Многие люди, которые заболели так называемыми «неизлечимыми» заболеваниями и которым удавалось вылечиться, вспоминают о периоде своей болезни с благодарностью. Люди вообще забывают, что их удел как сознательных существ, – учиться, создавать постоянно что-то новое в своей жизни, стремиться разгадать ту тайну, каковой является сам человек и окружающий мир. Человек создан по образу и подобию Бога, а уподобляет себя биологическому и социальному роботу.

Поэтому, сформулировав позитивное намерение, создайте новые способы поведения для его осуществления. Но пусть новые способы будут лучше, чем старый. И чем больше вариантов вы создадите, тем большей свободой выбора вы будете обладать. Ну а если новые варианты поведения лучше, чем старые, которые привели к болезни, то, значит, болезнь больше не нужна. Способность создавать новые способы поведения – это основа искусства быть свободным и здоровым.

Ниже я привожу пример одного из моих сеансов, в котором я использовал метод подсознательного программирования для излечения заболевания желудочно-кишечного тракта. Это всего лишь один вариант из сотни, но он вам поможет овладеть методом и использовать его самостоятельно. Метод подсознательного программирования проверен уже на тысячах больных. Действует он безупречно. Действует при любых заболеваниях, даже при тех которые официальной медициной зачислены в ранг «неизлечимых» (рак, псориаз, эпилепсия и др.).

Ко мне на прием пришел молодой мужчина с язвой желудка. Болел он уже давно. Болезнь неоднократно обострялась. Последнее обострение было очень сильным. Врачи дали ему кучу лекарств, которые мало помогали, и предложили ему глотать зонд. В газете он увидел мое объявление и пришел ко мне на прием.

Он сразу согласился выяснить подсознательные причины болезни, хотя и неважно себя чувствовал: были боли в эпигастрии, изжога, слабость, бурление в животе. Сначала я сделал небольшое вступление: рассказал ему о подсознании и сознании, о том, как люди создают себе болезни, о внутренних причинах заболевания. После этого мы перешли непосредственно к методу подсознательного программирования.

Доктор. У вас есть болезнь и такое состояние, которое вам не нравится, и вы хотели бы изменить это состояние. После того как я вам вкратце объяснил о том, что такое сознание и подсознание, давайте установим официальный контакт с той частью подсознания, которая создала болезнь. Вы готовы?

Пациент. Готов.

Доктор. Знаете ли вы, как это сделать?

Пациент. Думаю, что нет. Я никогда раньше этого не делал.

Доктор. Тогда я вам объясню. Сейчас вы Мысленно обратитесь внутрь себя, к самому себе, а точнее, к той части подсознательного разума, которая создала болезнь, и зададите ей вопрос.

Пациент. А какой вопрос?

Доктор. Сейчас я скажу вам, что это за вопрос, но сначала сразу объясню вам, каким образом вы можете получить ответ от этой части подсознания. Ответом может быть какое-нибудь ощущение в какой-то части тела. Я не знаю точно, в какой, – это решит ваш подсознательный разум. Или ответ может быть мысленный, как бы внутренним голосом. Или в качестве ответа может возникнуть какой-нибудь мысленный образ, картинка. В любом случае, после того как вы зададите этот вопрос, ваша задача состоит в том, чтобы наблюдать за всеми изменениями в своем теле. Вы не должны пытаться сознательно влиять на этот процесс. Та часть вашего подсознания, к которой вы обратитесь, даст знать о себе самым подходящим способом.

Вопрос, который я хочу, чтобы вы задали, таков: «Готова ли та часть моего подсознания, которая ответственна за возникновение болезни, общаться со мной на уровне моего сознания?» После того как вы зададите вопрос, просто замечайте, что будет происходить, – любые изменения в чувствах, образах или мыслях.

(Мужчина закрывает глаза, потом снова их открывает.)

Пациент. А можно повторить вопрос? Я не очень хорошо запомнил.

Доктор. Конечно. Вы можете повторять вслед за мной про себя. «Готова ли та часть моего подсознания или моей личности, которая ответственна за возникновение болезни, общаться со мной на уровне моего сознания?»

(Мужчина закрывает глаза. Видно, как мышцы его лица и тела расслабляются. Через некоторое время появляется небольшое напряжение в теле. Он открывает глаза.)

Пациент. Вы знаете, у меня появилось такое необычное ощущение, как будто по спине пробежали мурашки.

Доктор. Если я правильно понял, после того как вы задали вопрос, в спине появилось чувство холода, озноба?

Пациент. Да.

Доктор. Итак, вы получили сигнал от этой части подсознания. Но мы пока не знаем, что он обозначает – «да» или «нет». Поэтому сейчас я попрошу вас снова обратиться внутрь себя и поблагодарить эту часть подсознания, которая дала вам сигнал, потому что это общение для вас очень важно. Затем скажите: «Чтобы я правильно понял этот сигнал, который ты мне даешь, пусть он снова появится и усилится, если ты сообщаешь мне: «Да, я готова с тобой общаться», и пусть он не появляется или исчезнет, если ты не готова к общению со мной на сознательном уровне».

(Пациент снова погружается в себя на некоторое время.)

Пациент. У меня снова появилось это ощущение.

Доктор. Значит, получается, что эта часть готова с вами общаться.

Пациент. Получается так.

Доктор. Прекрасно! Теперь у нас есть способ, с помощью которого мы будем получать от подсознания конкретные ответы на задаваемые вопросы.

Пациент. Доктор, а не может получиться так, что это я сознательно вызываю это ощущение?

Доктор. Ну во-первых, я советовал бы вам доверять своему подсознательному разуму. Ваше недоверие может вам только повредить. Во-вторых, можете попробовать вызвать эти ощущения сознательно.

(Мужчина закрывает глаза на некоторое время, затем их открывает.)

Пациент. Ничего не получается, – сознательно не могу.

Доктор. Ну, вот видите! Своими сомнениями вы только мешаете процессу излечения. Я советую вам извиниться перед этой частью подсознания за свое недоверие. Теперь вы готовы продвигаться дальше?

Пациент. Готов.

Доктор. Следующий вопрос, который я хотел, чтобы вы задали этой части подсознания, таков: «Готова ли ты сообщить мне о том, какое мое поведение, какие черты характера или какие мысли и эмоции привели к болезни?»

(Мужчина закрывает глаза и на некоторое время погружается в себя.)

Пациент. Это ощущение в спине снова появилось.

Доктор. Значит, эта часть дает вам сигнал: «Да, готова сообщить».

Пациент. Получается так. Но что же это за поведение?

Доктор. Мне тоже интересно. Сейчас выясним. Попросите эту часть подсознания: «Сообщи мне, пожалуйста, конкретно, что это за поведение, которое привело к болезни. Сообщи мысленно, чтобы я понял и осознал ответ».

(Мужчина обращается внутрь себя и сообщает, не открывая глаз.)

Пациент. У меня в голове крутятся два слова – «брезгливость» и «раздражительность».

Доктор. Попросите эту часть подсознания пояснить значение этих слов на ваших жизненных примерах.

Пациент. Я уже понял! Я действительно отношусь ко многим вещам с нетерпением. Я терпеть не могу грязь в этом городе. Меня раздражают определенные запахи. Я не перевариваю подлость людей, их тупость, лесть, хамство. Хорошо, что есть маршрутные такси, так как я уже не могу ездить в троллейбусах. А вообще я хочу жить где-нибудь на берегу моря, на Канарах. В чистой постели и с чистой женщиной я могу пролежать весь день.

Доктор. Прекрасно! Задайте теперь такой вопрос: «Готова ли ты мне сообщить о том позитивном намерении, которое ты выполняешь для меня с помощью такого поведения, как брезгливость, нетерпение и раздражительность?»

Пациент. Я получил такой ответ: «Жить в идеальном мире, чтобы все нравилось. Жить в чистом городе, в чистом мире вообще. И чтобы отношения между людьми были чистыми».

Доктор. Намерение прекрасное! Вы согласны?

Пациент. Конечно.

Доктор. Но вас не устраивает способ, с помощью которого это намерение осуществлялось.

Пациент. Да, больной желудок – не самый лучший способ.

Доктор. Тогда поблагодарите эту часть подсознания за ту заботу о вас, которую она проявляла, за то позитивное намерение, которое она осуществляла.

(Мужчина на некоторое время закрывает глаза.)

Пациент. Поблагодарил.

Доктор. Теперь спросите эту часть подсознания, готова ли она рассмотреть новые способы поведения для осуществления этого позитивного намерения?

(Мужчина закрывает на мгновение глаза.)

Пациент. Готова. Еще до того, как появилось ощущение в спине, я уже получил согласие мысленно.

Доктор. Это указывает на то, что вы нашли общий язык с подсознанием. Теперь попросите эту часть подсознания сделать следующее: воспользоваться вашими внутренними ресурсами, фантазией и создать три новых способа поведения для осуществления этого позитивного намерения, и чтобы они были эффективнее и надежнее, чем старые способы, то есть лучше, чем брезгливость, нетерпение и раздражительность, которые привели к болезни; и чтобы новые способы были без вредных побочных последствий, то есть чтобы они устраивали все другие части подсознания. Еще я хочу объяснить, что значит «новые способы поведения». Новые способы поведения – это новые мысли чувства и эмоции новое отношение к себе, к близким, к людям к окружающему миру. Это новые взгляды на различные ситуации в жизни, новая реакция на события. И еще. Попросите эту часть подсознания, как только она создаст один такой новый способ поведения, пусть даст ответ «да». После этого поблагодарите за ответ и попросите создавать способы дальше. Вы должны насчитать три ответа «да».

Пациент. Но я не буду знать, что это за новые способы?

Доктор. Это даже хорошо, что не будете знать о них сейчас. Таким образом, вы не сможете сознательно помешать их созданию и реализации. Будете вы осознавать содержание этих новых способов или нет – это не столь важно для тех изменений, которые произойдут. Хотя если подсознание захочет, то может сообщить вам о содержании новых способов.

Пациент. Хорошо, я понял. Только повторите все это еще раз.

Доктор. Давайте сделаем так: я буду говорить, а вы повторяйте про себя вслед за мной: «Воспользуйся моими творческими ресурсами и создай три новых способа поведения и мышления для осуществления этого позитивного намерения, чтобы они были эффективнее и надежнее, чем старые способы поведения, которые привели к болезни; и чтобы новые способы были без вредных побочных последствий, то есть благоприятны для меня и окружающих. Как только создашь один такой новый способ поведения, дай мне ответ «да» и затем продолжай дальше».

(Мужчина закрывает глаза и погружается в себя. Через пять минут он открывает глаза.)

Пациент. Все. Я насчитал три ответа «да».

Доктор. Вы поблагодарили эту часть подсознания за ту внутреннюю работу, которую она проделала?

Пациент. Конечно.

Доктор. Знаете ли вы о содержании новых способов?

Пациент. Нет. И вы знаете, в связи с этим я чувствую себя как-то неуютно – во мне что-то изменилось, а я не знаю что.

Доктор. А вы доверяете своему подсознанию?

Пациент. Полностью.

Доктор. Вот и хорошо. Кроме того, мы сейчас сделаем следующий шаг, который развеет ваши сомнения. Обратитесь сейчас не к той части подсознания, с которой мы работали, а ко всем другим частям подсознания и задайте такой вопрос: «Есть ли такие части в моем подсознании, которые возражают против новых способов поведения? Если возражений нет, то дайте ответ «нет», а если есть такие части, которые возражают, то дайте ответ «да».

Пациент (через некоторое время). Я получил ответ «да».

Доктор. Значит, есть такие части, которые возражают?

Пациент. Наверное.

Доктор. Чтобы не гадать, обратитесь еще раз с этим вопросом о возражениях.

Пациент (через некоторое время). Да, есть какие-то возражения. Я снова получил ответ «да».

Доктор. Поблагодарите те части подсознания, которые возражают. Я уверен, что они собираются внести какие-то изменения в новые способы поведения.

Теперь попросите те части подсознания, которые возражают, объединиться с той частью, которая создавала новые способы. Пусть они создадут такой своеобразный «комитет». И пусть возражающие части выскажут свои возражения и пожелания. После этого попросите их заменить те способы, против которых есть возражения, на новые, которые устраивали бы все другие части подсознания. И попросите их дать ответ «да», когда они закончат эту работу.

(Мужчина погружается в себя.)

Пациент. Есть ответ «да».

Доктор. Теперь снова обратитесь к другим частям подсознания и спросите: «Есть ли теперь какие-нибудь возражения против новых способов поведения?»

Пациент. Тишина.

Доктор. Получается, что все части подсознания согласны с новыми способами поведения?

Пациент. Получается так.

Доктор. Теперь вы спокойны?

Пациент. Да.

Доктор. Но мы еще кое-что сделаем. Мы должны быть уверены, что эти способы будут работать в будущем. Обратитесь снова к той части подсознания, которая создавала новые способы поведения, и спросите следующее: «Возьмешь ли ты на себя ответственность за то, чтобы реализовать новые варианты поведения в будущем в соответствующих ситуациях?»

Пациент (через некоторое время). Она готова – я получил ответ «да».

Доктор. Теперь, если новые способы поведения будут лучше, чем старые, которые вызвали болезнь, то подсознание будет использовать именно их, и болезнь исчезнет как ненужная.

Пациент. Вы знаете, доктор, это удивительно, но у меня боли уже прошли. Я себя чувствую гораздо лучше.

Теперь я предлагаю вам проделать все это самостоятельно. Используйте для этого план-схему, приведенную ниже.

## ПЛАН-СХЕМА ПЕРЕПРОГРАММИРОВАНИЯ

1-й шаг. Определите для себя ту болезнь или тот симптом, от которых вы хотите избавиться.

2-й шаг. Установите контакт с той частью подсознания, которая ответственна за возникновение данной болезни:

а) задайте внутри себя вопрос: «Готова ли та часть подсознания, которая ответственна за возникновение болезни, общаться со мной на уровне сознания?»;

б) установите значение сигнала «да»/«нет». Это может быть ощущение, образ, внутренний голос или движение пальца или маятника.

3-й шаг. После того как вы установили связь, обратитесь к этой части подсознания с таким вопросом: «Готова ли ты мне сообщить о том, какое мое поведение, какие черты характера или какие мои мысли и эмоции привели к болезни?»

а) если вы получаете ответ «да», то попросите сообщить об этом поведении и эмоциях конкретно: «Сообщи конкретно, какое мое поведение, какие черты характера или какие мои мысли и эмоции привели к болезни?»;

б) если получили ответ «нет», то это значит, что такое поведение есть, но подсознание пока не готово сообщать вам о самом поведении. В таком случае примите это и переходите к следующему шагу.

4-й шаг. Выяснить намерение (функцию) соответствующей части подсознания:

а) задайте ей такой вопрос: «Готова ли ты сообщить мне о том, что ты стараешься для меня сделать с помощью проблемного поведения?»;

б) если получаете ответ «да», то попросите сообщить об этом конкретно на сознательном уровне: «Сообщи мне конкретно, какое полезное намерение ты для меня осуществляла». Сформулируйте намерение позитивно, так, чтобы оно устраивало вас;

в) если получаете ответ «нет», то это значит, что позитивное намерение есть (а оно есть всегда), но подсознание пока не готово сообщать вам о нем. В таком случае примите это и переходите к следующему шагу.

5-й шаг. Создание новых способов поведения, которые реализовали бы данное намерение (которые выполняли бы данную функцию). Попросите эту часть подсознания: «Воспользуйся моими подсознательными творческими ресурсами, фантазией и создай, как минимум, три новых способа поведения для осуществления данного намерения (для выполнения данной функции). Эти способы должны быть более эффективны, более надежны и более приятны, чем старое поведение, и без вредных побочных последствий. Каждый раз, как только создашь один такой новый способ, давай сигнал «да», а затем продолжай дальше». Будете вы осознавать содержание новых способов или нет – это не столь важно для тех изменений, которые произойдут. Дайте подсознанию необходимое время и просто считайте количество сигналов.

6-й шаг. Теперь проведите проверку новых способов поведения на подсознательном уровне. Для этого обратитесь ко всем другим частям подсознания: «Есть ли такие части подсознания или такие части моей личности, которые возражают против новых способов поведения?»

а) если ответ «нет», то можно осуществить присоединение к будущему (7-й шаг);

б) если ответ «да», то попросите заменить те способы, против которых есть возражения: «Замени или усовершенствуй те способы, против которых есть возражения, на новые способы, удовлетворяющие всем частям подсознания. Как только сделаешь это – дай мне ответ

«да». После этого снова проведите проверку уже измененных способов и переходите к следующему шагу.

7-й шаг. Присоединение к будущему. Обратитесь снова к той части подсознания, которая создавала новые способы поведения: «Возьмешь ли ты на себя ответственность за то, чтобы реализовывать новые варианты поведения в будущем в нужное время и в нужном месте? Как только просчитаешь все возможные варианты и будешь готова взять на себя ответственность – дай мне ответ «да».

## ПЕРЕПРОСМОТР И СТИРАНИЕ ЛИЧНОЙ ИСТОРИИ

– Есть люди, – сказал дон Хуан, – которые очень аккуратно и осторожно относятся к природе своих поступков. Их счастье – в том, что они действуют с полным осознанием того, что у них нет времени.

Поэтому во всех их действиях присутствует особая сила, в каждом их поступке есть чувство.

– Поступки обладают силой, – сказал он. – Особенно когда тот, кто их совершает, знает, что это – его последняя битва. В действии с полным осознанием того, что это действие может стать для тебя последним на земле, есть особое всепоглощающее счастье. Мой тебе совет: пересмотри свою жизнь и рассматривай свои поступки именно в таком свете.

К. Кастанеда. Путешествие в Икстлан

Наш подсознательный разум создает уникальную для каждого личную историю. Она складывается из определенных событий нашей жизни. Этим подсознание занимается с самого нашего рождения. В подсознании хранится вся информация о нашей жизни. Мы взрослеем, накапливаем опыт, воспринимаем окружающий мир и даже не подозреваем о том, что нашу жизнь формируют прошлый опыт и прошлые переживания. Сознательное отношение к окружающему миру постоянно меняется, но подсознание может придерживаться взглядов, сформировавшихся в самом начале жизни и в недалеком прошлом. Например, если у вас в детстве было событие, которое произвело на вас сильное впечатление, то знайте, что какая-то часть вашего подсознательного разума по-прежнему видит случившееся глазами ребенка и оказывает влияние на вашу жизнь.

Поэтому очень важно пересмотреть личностную историю и изменить подсознательное отношение ко многим событиям прошлого.

Мы сами создаем свою жизнь, свой мир. Создаем своими мыслями, своим поведением. Наше мировоззрение формируется сначала под влиянием наших родителей, затем школы, телевидения, книг. Со временем все это складывается в подсознательную программу поведения, отражением которой и является тот мир, в котором мы живем. Пере просматривая свою жизнь, мы изменяем свою подсознательную программу, а значит, и свой мир, свою жизнь.

Так как болезнь – это отражение на физическом плане наших определенных негативных мыслей и эмоций, то очень важно отыскать в своей личной истории те события, которые привели к формированию такого мировосприятия. Это станет более понятным, если мы рассмотрим несколько примеров.

На прием ко мне пришла молодая женщина с болями в поясничном отделе позвоночника. Рентгенограмма показала смещение позвонков. Боли появились во время первых родов, когда женщина родила мертвого ребенка. Из общения с подсознательным разумом выяснилось, что именно смерть ребенка в утробе матери явилась причиной болезни. А к смерти ребенка привела подсознательная программа уничтожения детей.

– Были ли у вас до первой беременности мысли о нежелании иметь детей, страхи их иметь, о несвоевременности беременности? – спросил я ее.

– Нет, – ответила она, – ничего подобного у меня в мыслях не было.

– Но ведь мы получили четкую и однозначную информацию от подсознательного разума о том, что к болезни и мертво рождению привела программа уничтожения детей. Ведь не бывает дыма без огня. Наверняка эта программа сформировалась еще в детстве.

– Но я ничего подобного не припоминаю, – настаивала женщина.

Мы стали исследовать глубже подсознательные причины, и выяснилось, что впервые сильные боли в спине появились в возрасте 14 лет. Этому предшествовал ряд событий.

Мать с отцом женщины часто ссорились и ругались. Будучи девочкой, она большую часть времени проводила у бабушки. И бабушка неоднократно ей говорила, что родители ссорятся из-за тебя. Вот если бы тебя не было, то они жили бы счастливо. Уже тогда у девочки появились боли в спине. Ее водили к врачам. Назначали какое-то лечение, и постепенно боль прошла. Подсознание же сделало вывод,

что дети мешают счастью родителей и рождаются не вовремя. А это и есть программа пожелания своему ребенку смерти. Девушка забыла об этих событиях, но позже, когда она сама хотела стать матерью, эти мысли реализовались в рождении мертвого ребенка, а затем и в смещении позвонков в той области, которая связана с маткой и другими детородными органами. После вспоминания этих событий женщина вспомнила еще много других, которые объединяли те же мысли. Бабушка в данном случае не виновата. Она всего лишь отразила на словах подсознательную программу девочки. А передала эту программу девочке ее мать. У матери было много аборт. А аборт – это одно из проявлений подсознательной программы уничтожения детей. А матери передала ее мать, которая нарушила определенные вселенские законы. И так эту цепочку можно продолжать дальше. Но стоит ли? Ведь прошлое изменить невозможно. Но можно изменить свои мысли, свою программу.

Получается, что болезням предшествуют определенные жизненные ситуации. Для одних они очевидны, для других скрыты. Важно начать самоисследование, и тогда все скрытое станет явным.

Вот еще один пример. У одной моей пациентки год назад начались зеленые гнойные выделения из носа. Вообще, проблемы с носом начались у нее пять лет назад. Это выражалось в закладывании носа по ночам. Тогда она прошла у меня курс гомеопатического лечения. Результат был хороший. Сейчас врачи поставили ей диагноз «гайморит» и предложили сделать прокол. Она отказалась и пришла ко мне, вспомнив, что когда-то я ей помог.

Оказалось, что появлению выделений предшествовало определенное событие. Незадолго до этого ее дочь уехала в другую страну. Спустя некоторое время после ее отъезда мать начала испытывать чувство одиночества, тоску, депрессию, жалость. Она все это время подавляла в себе слезы. Эти негативные мысли нахлынули на нее потому, что она отношения с дочерью поставила на первое место в жизни. И теперь жизнь потеряла для нее смысл, так как она жила ради своей дочери. А ее выделения из носа – это скрытые эмоции, подавленные слезы.

После этого события она вспомнила еще несколько других, в которых проявились негативные эмоции и которые привели к проблемам с носом.

Отыскав в своей личной истории такие проблемные события, начните их пере просмотр. Пере просмотреть событие – это значит заменить негативные, пагубные мысли, которые привели к развитию

заболевания, на новые, позитивные. Нужно пройти событие заново с чувством ответственности. Увидеть за каждой ситуацией проявление Высшей Силы, какой бы несправедливой или нелепой она вам ни казалась. Тогда исчезнет внутреннее недовольство ситуацией и окружающим миром вообще. Появится ощущение справедливости и закономерности происходящего. Именно тогда вы сможете принять ситуацию, простить человека, поблагодарить его.

У одной женщины были боли в сердце, которые появились после инфаркта и продолжались в течение длительного времени. Установив контакт с подсознанием, мы выяснили, что к инфаркту привели такие мысли и эмоции, как злость, ненависть, обида, жалость, желание отомстить. Эти эмоции были связаны с таким событием, как развод сына. Женщина никак не могла принять эту ситуацию. И вот злость и ненависть к невестке, жалость к сыну и внуку материализовались в болезнь сердца. Оказалось, что в ее жизни было много таких событий, в которых она испытывала подобные эмоции. Только пересмотрев все эти события и изменив свое отношение к ним, она смогла избавиться от болей в сердце.

Перепросмотр лучше всего проводить в уединении, в таких местах, в которых вы чувствуете себя спокойно, расслабленно. Перед каждым перепросмотром возьмите на себя ответственность за свой мир, за свою жизнь. Остановите свой внутренний диалог и приступайте к процедуре.

## ТЕХНИКА ПЕРЕПРОСМОТРА

1. Выберите из своей личной истории такое событие для перепросмотра, на которое вы отреагировали негативно, испытали стресс.

2. Представьте эту ситуацию, представьте того человека (или тех людей), с которым связаны ваши переживания в этой ситуации.

3. Первое, что нужно сделать, – это принять эту ситуацию. Есть такое выражение: «На все воля Божья!». Принять ситуацию – это значит взять на себя ответственность за ее возникновение.

4. Подумайте, какими своими мыслями и чувствами вы создали эту ситуацию. Приятные ситуации в своей жизни мы создаем позитивными мыслями, а неприятные (стрессовые) – негативными.

5. Определите, чему важному и позитивному на учила вас эта ситуация? Какой позитивный урок вы прошли? Есть такое выражение: «Все, что Бог дает – к лучшему».

Процедуру перепросмотра какого-либо события личной истории нужно сочетать со специальным «очищающим» дыханием. Это помогает достичь определенной степени сосредоточенности и делает всю процедуру более эффективной.

Прежде чем приступить к процедуре перепросмотра, подышите 3-5 минут, пока не восстановится дыхание.

Теперь возьмите то событие своей личной истории, которое вы пере просматриваете, и вспоминайте его до тех пор, пока в памяти не всплывут все чувства, которые это событие вызвало.

Затем сделайте медленный вдох, перемещая голову с правого плеча на левое, очерчивая кончиком носа полукруг перед собой. Смысл этого вдоха в том, чтобы восстановить энергию, так как каждая жизненная ситуация, в которой задействованы чувства, опустошительна для человека.

Вдыхая справа налево после воспоминаний чувств, человек, используя энергию дыхания, возвращает свои эмоции, чувства, мысли, оставленные им в той ситуации, то есть возвращает свою энергию.

Сразу за этим следует выдох слева направо.

При помощи выдоха человек освобождается от тех чувств, эмоций и мыслей, которые оставили в нем другие люди, участвовавшие в этом событии.

Старайтесь во время дыхания удерживать зрительный образ события или отдельного человека, с которым связано это событие. Забывая свои мысли, чувства и эмоции при вдохе, возвратите чужие чувства, мысли и эмоции при выдохе этому человеку. Делайте это совершенно спокойно.

Уже после нескольких дыхательных циклов вы почувствуете себя гораздо легче. Заканчивайте дыхание и пере просмотр тогда, когда появится чувство свободы и легкости. Ваше тело само подскажет вам, когда нужно закончить. Для каждой ситуации требуется разное количество дыхательных циклов. Все зависит от «тяжести» и длительности события. Для полного пере просмотра некоторых ситуаций, с которыми обычно связаны тяжелые чувства и отрицательные эмоции, требуется несколько дыхательных циклов в течение нескольких дней. Например, смерть близкого человека или разрыв

отношений. В таком случае вам нужно пересмотреть все события своей жизни, которые так или иначе связаны с этим человеком.

В некоторых ситуациях достаточно одного дыхательного цикла, чтобы почувствовать легкость и свободу.

Желательно перед перепросмотром составить список всех тех людей, с которыми вы встречались в своей жизни. Это сделать возможно, тем более что, когда вы начнете перепросматривать свою жизнь, будут всплывать воспоминания тех событий, о которых вы уже давно забыли.

6. Поблагодарите всех участников событий за урок. Заканчивая каждый перепросмотр, проговорите вслух: «Я благословляю тебя с любовью и отпускаю. Ты живешь в своем мире. Я – в своем. Я и ты – свободны!»

#### Приложение

В данном приложении я хочу дать описание некоторых вселенских законов, которые положены в основу новой модели человеческого сознания. Их знание поможет вам в работе над собой, поможет в поиске причин ваших болезней и личных проблем. Эти законы не я создавал. Они существуют испокон веку. Знаем мы их или не знаем, принимаем или не принимаем – они действуют независимо от наших знаний о них. Помните одно изречение: «Незнание законов не освобождает от ответственности»? Так давайте же будем познавать эти высшие законы и брать на себя ответственность. Знание этих законов и их использование поможет вам обрести здоровье и изменить ситуацию во многих сферах своей жизни.

**КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК САМ СОЗДАЕТ СВОЙ МИР, СВОЮ ЖИЗНЬ.** Это очень важно осознать. Мы создаем свой мир своими мыслями, чувствами и эмоциями. То есть наше тело, душевное и физическое состояние здоровья, отношения в семье с близкими, отношения с людьми и окружающим миром, работа, финансовое положение – все это отражение вовне наших мыслей, чувств и эмоций.

**ВНЕШНЕЕ ОТРАЖАЕТ ВНУТРЕННЕЕ.** Научитесь пользоваться этим законом в своей жизни. Раз мы сами создаем свой мир, то, следовательно, мы можем его изменить.

Другими словами, если нас не устраивает что-то в нашей жизни, то мы можем это изменить, выявляя и устраняя причины той или иной

проблемы и создавая что-то новое. Необходимо обратиться внутрь себя и изменить свою подсознательную программу поведения, то есть измениться самому.

Если вы хотите изменить окружающий мир и окружающих вас людей, то помните, что все, что вас окружает, – это отражение вас самих. Поэтому начните с себя. Когда вы измените себя, изменятся окружающие вас люди и ваш мир. Просто сработает принцип отражения.

Этот закон обеспечивает великий порядок и гармонию, высшую справедливость и чистоту Вселенной. Помните, мы живем в справедливом и чистом мире, где КАЖДОМУ ВОЗДАЕТСЯ ПО ЕГО МЫСЛЯМ. «Да воздастся каждому по вере его!» – это слова из Библии. Наше действие начинается не со слова и не с движения, а с нашей мысли и эмоции. Мысль – универсальная форма энергии. Наши мысли и чувства материализуются, то есть воплощаются в реальность. Если в вашей жизни чего-то не хватает или есть какая-то несправедливость, то причина скрыта только в вас, а не во внешнем мире или в так называемых внешних обстоятельствах.

Мысль, как форма энергии, зарождаясь в нашей душе, никуда не исчезает. Действует ЗАКОН СОХРАНЕНИЯ ЭНЕРГИИ. Любая мысль, посланная во внешний мир, формирует определенные события в нашей жизни. Таким образом, эта энергия возвращается к нам в том или ином виде.

ПОДОБНОЕ ПРИТЯГИВАЕТ ПОДОБНОЕ. Если наша мысль агрессивна, то и события создаются неприятные и болезненные. Если мысли созидательные и несут в себе приятие и любовь, то они воплощаются в реальность, которая приносит нам только приятные переживания. Какими мыслями пользоваться – решайте сами.

МЕЖДУ САМОЙ РЕАЛЬНОСТЬЮ И ТОЙ МОДЕЛЬЮ МИРА, В КОТОРОЙ МЫ ЖИВЕМ, НЕИЗБЕЖНО СУЩЕСТВУЕТ ОГРОМНАЯ РАЗНИЦА. Наш подсознательный разум создает модель мира, используя информацию и энергию Реальности, и предоставляет эту модель для жизни нашему сознанию. Другими словами, наше сознание находится в роли наблюдателя и оценщика тех событий, которые нам предоставляет наш подсознательный разум.

Модели мира, создаваемые каждым из нас, отличаются друг от друга. Иными словами, КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ЖИВЕТ В СВОЕМ МИРЕ, отличном от любого другого.

Та модель Реальности, в которой мы живем, соответствует нашей подсознательной программе, которая формируется с детства; таким образом, внешнее отражает внутреннее.

Вселенная (Реальность, Действительность, Бог, Мир) представляет собой непостижимую силу, энергию, обладающую сверхсознанием, и человеческое осознание есть всего лишь часть Вселенского, Божественного осознания. Мы должны постоянно помнить, что мир непостижим и загадочен, и человек должен относиться к миру и к себе как к загадке.

**КАЖДЫЙ ИЗ НАС ДОЛЖЕН ВЗЯТЬ НА СЕБЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СВОЙ МИР.** Закон об ответственности – это ключевой момент в работе над собой. Эта идея многим дается с трудом, так как они путают понятие ответственности с чувством вины. Взять на себя ответственность за свою жизнь означает полный отказ от обвинений окружающих и себя самого, освобождение от жалости и сожалений, от критики, осуждения и ненависти. Если вы берете на себя ответственность, то начинаете жить полной и сильной жизнью. И никто уже не сможет заставить вас страдать, никакие сглазы и порчи не будут на вас действовать. Вы сами будете выстраивать события в своей жизни так, как захочется вам. Вы будете создавать особое пространство вокруг себя, которое поможет меняться окружающим людям. Для этого вам нужно постоянно пользоваться принципом отражения (внешнее отражает внутреннее).

Начинайте внимательно следить за всем, что происходит в вашей жизни. Относитесь к различным ситуациям в своей жизни как к урокам. Например, если вокруг вас происходит какое-то событие, которое вызывает у вас определенные мысли, чувства и эмоции, то загляните внутрь себя – это присутствует в вашем подсознании. Какой позитивный урок вы должны извлечь из всего этого? Все ситуации в жизни создаются или притягиваются нашими мыслями и подсознательными программами.

Если вам что-то не нравится в других людях, то это обязательно есть в вашем подсознании (если что-то нравится, то это тоже есть). Откажитесь от желания изменить окружающий мир, людей, своих близких. Принимайте их такими, какие они есть. Меняйтесь сами – и тогда мир изменится. Если вы чего-то избегаете, то за этим скрывается какой-то страх или какая-то боль, то есть то, через что вы должны пройти и извлечь очень важный позитивный урок. Когда человек берет на себя ответственность за свой мир, за свою жизнь, у него появляется свобода выбора. Он волен выбирать сам, какими мыслями

ему пользоваться. Исследуйте свои подсознательные программы поведения, свои мысли и эмоции. Пересмотрите всю свою жизнь заново, с точки зрения нового взгляда на мир.

**ЗАКОН ЦЕЛОСТНОСТИ.** Так как человек есть всего лишь часть Вселенной, то, как часть целого, он стремится к этому целому. Ньютон открыл закон всемирного тяготения для материальных тел. Но этот закон действует и на тела живые, которые представляют собой информационно-энергетические структуры. Каждое живое существо уже изначально не является целостным, и человек в том числе, так как оторвано от Реальности, от Бога. И поэтому человек подсознательно в течение всей своей жизни стремится эту целостность обрести, то есть стремится к Богу. Это объединяет всех людей. И не только людей, а все сущее в этом мире. И не только в этом «человеческом» мире, но и в других мирах, и вообще во всей Вселенной. Выходит, что конечная цель у всех одна, но пути разные.

**ЧАСТЬ СТРЕМИТСЯ К ЦЕЛОМУ. ДУША СТРЕМИТСЯ К БОГУ.** Каждому человеку не дает покоя всю жизнь его удаленность от первоисточника. Интуитивно он чувствует это и устремляется к нему. В нашей жизни это выглядит как поиск душевного покоя, счастья, наслаждения. Человек устремляется к каким-нибудь земным вещам в надежде обрести это вечное блаженство. Он пытается забыться с помощью денег, еды, вещей, развлечений, секса, отношений. Но со временем он ощущает боль утраты всего этого. И к старости появляется щемящее ощущение, что упущено в жизни главное, ради чего и была дана жизнь. Но силы уже не те.

Человеку Богом дается жизнь и осознание для того, чтобы он обогатил это осознание самим процессом своей жизни и внес свой уникальный вклад во вселенский процесс эволюции. В этом и есть ответ на извечный вопрос: «В чем смысл и предназначение жизни?» Каждый человек подсознательно осуществляет главную функцию и главную цель жизни – жить в этом мире и стремиться, чтобы его модель реальности соответствовала самой Реальности. Другими словами, соединить сознательное и подсознательное. Только так он сможет обрести целостность самого себя.

**ЗАКОН ПОЗИТИВНОГО НАМЕРЕНИЯ.** Вся наша жизнь – это не прекращающийся ни на мгновение процесс осуществления наших подсознательных и сознательных намерений. У каждого человека свой уникальный жизненный путь, и определяется он подсознательно. Очень важно понять, что наш подсознательный разум всегда осуществляет для нас определенные позитивные намерения. Я глубоко

верю в то, что человек является очень сложным сбалансированным существом. И поэтому у него никогда ничего не появится просто так. Более того, любое поведение человека (включая болезнь) имеет свою позитивную функцию в определенном контексте. Поэтому выявить причину заболевания – это значит найти то скрытое позитивное намерение, которое подсознание пытается осуществить за счет болезни. Что бы мы ни делали, какие бы ситуации ни создавали в своей жизни, какими бы болезнями ни болели – все это лишь способы для осуществления наших позитивных намерений.

Намерение не может быть негативным, так как негативного опыта в природе просто не существует. Отрицание присутствует только в нашем языке. Мы можем знать, чего мы не хотим. Но все равно нам нужно подумать об этом.

Человек не может отказаться от осуществления намерения. Это невозможно. Поэтому не нужно бороться с самим собой – нужно менять свои мысли и способы поведения. И вполне реально осознавать свои намерения, создавать новые и менять способы их осуществления. Это знание делает жизнь сильной и сознательной.

Все проблемы у людей (болезни, стрессы) – это результат несоответствия сознательных желаний и способов их осуществления и подсознательных намерений. Все дело в том, что наш подсознательный разум знает гораздо больше о нас самих и о наших жизненно важных намерениях. Кроме того, помните – подсознание напрямую связано с самой Реальностью или с Богом. Поэтому важно не мешать подсознанию, а помогать своими сознательными действиями. Необходимо соединить сознательное и бессознательное в своей жизни и обрести таким образом целостность.

**В ПОДСОЗНАНИИ СОДЕРЖИТСЯ ИНФОРМАЦИЯ О ЛЮБОМ СОБЫТИИ, ПРОИСХОДЯЩЕМ ВО ВСЕЛЕННОЙ.** Представьте клеточку организма. Она не может видеть весь организм. Но в ней содержится информация обо всем организме. Она закодирована на генетическом уровне. Человек – это такая же клеточка Вселенной. В его подсознании хранится вся информация о прошлом, настоящем и даже будущем Вселенной. Этим законом объясняются многие феномены: ясновидение и предсказание, например. Или феномен чтения мыслей и передачи их на расстоянии. Гадание также относится к этому закону. Любой человек может развить в себе все эти способности и даже большие. Необходима только чистота помыслов.

**ЧЕМ БОЛЬШЕЙ ЧИСТОТОЙ ПОМЫСЛОВ ОБЛАДАЕТ ЧЕЛОВЕК, ТЕМ БОЛЬШЕ У НЕГО СПОСОБНОСТЕЙ, ТЕМ К**

БОЛЬШИМ ЗНАНИЯМ ВСЕЛЕННОЙ ОН ПОЛУЧАЕТ ДОСТУП. Это можно выразить проще: чем меньше агрессии в вашей душе, в вашем подсознании, тем приятнее и интереснее ваша жизнь и тем большим здоровьем и способностями вы будете обладать. Изменить себя – это в первую очередь избавиться от агрессивных мыслей и эмоций, имеющих отношение к гордыне.

ЛЮДИ САМИ СОЗДАЮТ СЕБЕ БОЛЕЗНИ, А ЗНАЧИТ, САМИ, И ТОЛЬКО САМИ, МОГУТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НИХ, УСТРАНИВ ПРИЧИНЫ. А причины заболеваний находятся в нас самих, а не во-вне. И они следующие:

- а) непонимание цели, смысла и предназначения своей жизни;
- б) непонимание и несоблюдение законов Вселенной;
- в) наличие в подсознании и сознании пагубных, агрессивных мыслей, чувств и эмоций.

Болезнь – это сигнал о нарушении равновесия, гармонии со Вселенной. Поэтому относитесь к своей болезни уважительно; примите свою болезнь. Болезнь – это внешнее отражение наших пагубных мыслей, нашего поведения и наших намерений, то есть мировоззрения. Это подсознательная защита нас самих от нашего же разрушительного поведения или мыслей. Больной человек – это тот человек, у которого больное мировоззрение. Следовательно, чтобы вылечить болезнь, необходимо изменить свое мировоззрение.

Люди привыкли к такому стереотипу мышления, согласно которому болезнь – это враг и с ней нужно бороться любыми способами, не смотря на последствия. Но бороться с болезнью – это значит бороться с самим собой. Потому примите ее и откажитесь тем самым от борьбы с собой. Во Вселенной нет такой силы, которую нельзя было бы использовать позитивным образом. И ваша болезнь – это именно такая сила. Пользуйтесь ей как средством для саморазвития.

#### Послесловие

Когда рукопись этой книги уже была готова, моя жена, прочитав одну из глав, сказала, что в книге много агрессии на врачей и на современную медицину. «Это мне напоминает некоторых американских проповедников, которые выступают по телевидению, – сказала она. – Да, они говорят о Боге, о любви, но делают это очень агрессивно, и поэтому их не хочется слушать». В тот же день в моем кабинете

раздался телефонный звонок и раздраженный мужской голос потребовал, чтобы мы не выступали против такого метода лечения алкогольной зависимости, как кодирование. Мне пришлось задуматься. Тогда я действительно понял, что нельзя создавать что-то новое через разрушение старого. Я пересмотрел свое отношение к врачам и медицине, попросил прощения у Бога за свою агрессию и переписал заново многие места в книге.

В этой книге я попытался в той мере, в какой мне позволяют мои знания и умения, раскрыть структуру здоровья и болезни. Я никоим образом не пытался создать новый метод лечения. Их уже создано множество. Я хотел описать новую модель для всей медицины. Таковую модель, которая объединит вместе все уже существующие способы воздействия на человека. Мое намерение заключалось в том, чтобы показать необходимость сменить сам подход к больному и к болезни. Теперь я знаю наверняка, что это произойдет спонтанно и только в том случае, когда сами люди начнут менять отношение к себе и к окружающему миру, когда их помыслы станут чище. Модель, которую я предложил в этой книге, позволяет не только улучшить свое здоровье, но и решить многие проблемы в личной жизни. Эта книга – только начало в увлекательной работе над собой. Теперь, когда вы прочитали эту книгу, начните использовать информацию полезным для себя образом. Следующие книги, которые я планирую выпустить в ближайшее время, будут содержать секреты создания намерений. То, что раньше было под силу только колдунам и магам, станет доступным и возможным для вас.

В процессе работы с больными людьми я понял, что люди вообще живут очень скучной и однообразной жизнью. Но они не испытывают по этому поводу особого страдания, разве что к старости, когда силы уже иссякают. И как я выяснил, это происходит потому, что им мало что известно о жизни вообще и о самой Реальности. Люди не идут дальше своей модели мира. Они не понимают, что их модель мира – это еще далеко не сама Реальность со всеми ее тайнами. И болезнь в данном случае выступает как сигнал к тому, чтобы изменить свое поведение, а вместе с ним и поменять что-то в своей жизни.

Я надеюсь, что эта модель поможет вам жить полной, сильной и счастливой жизнью.

Успехов вам!

# КНИГА ВТОРАЯ

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Я уже давно пытался систематизировать внутренние, подсознательные причины болезней, сделать некую универсальную классификацию. Со временем я понял, что универсальную систему создать невозможно. У каждого человека для его болезни своя причина. Но некоторая закономерность в возникновении болезней все же есть. Это связано с тем, что определенный орган или система организма не только выполняют специфические физиологические функции, но и несут на себе эмоциональную нагрузку. То есть какая-то часть нашего тела на информационно-энергетическом уровне отражает те или иные наши мысли и эмоции.

Давайте рассмотрим взаимосвязь между конкретными заболеваниями, человеческим поведением, мыслями и теми позитивными намерениями, которые они осуществляют. Здесь описаны возможные причины развития заболеваний. Пользуйтесь данной книгой как путеводителем при поиске своих внутренних причин. Это поможет вам в работе над собой.

## ГОЛОВА

Голова ответственна за мыслительный процесс. Проблемы с головой отражают несоответствие между чувствами и разумом.

### Головные боли

Как мы помним, любая боль – это настойчивое предупреждение о необходимости обратить на себя внимание. Поэтому важно узнать, что кроется за болью.

Головная боль – это прежде всего сигнал нашего подсознательного разума о том, что мы что-то делаем не так.

Например, у вас много работы, накопилась усталость, но вы хотите довести работу до конца. Ваш подсознательный разум решает, что вам нужен отдых, и дает головную боль, спасая тем самым от перегрузки и саморазрушения. Это самый простой пример.

Лицемерие является другой важной причиной головных болей. Например, вы общаетесь с человеком, который вам неприятен. Но вынуждены улыбаться ему и говорить хорошие слова. Результат такого общения – головная боль. Механизм ее возникновения очень прост. Одно полушарие мозга регистрирует неприятные чувства, вызванные этим человеком. Другое – ваше внешнее поведение. В итоге одни мышцы головы расслаблены, а другие напрягаются. Несогласованность мыслей-образов и чувств и вызывает боль.

Однажды я пришел к своему другу в гости. Он, между прочим, пожаловался на периодические ноющие головные боли. Боли появились полгода назад. Я стал расспрашивать о тех событиях, которые предшествовали появлению болей. Он долго рассказывал о проблемах в своей фирме и, рассказывая об одном напарнике, заявил автоматически:

– Этот Сергей – сплошная головная боль.

После этой фразы, которая, по моему мнению, и была ключевой, он продолжал дальше свой рассказ. Через некоторое время я его остановил и спросил:

– А ты помнишь, что говорил о своем напарнике Сергее?

Конечно, он не помнил, так как находился в легком трансе. Когда мы с его женой сказали ему об этой фразе, он очень удивился.

Через некоторое время он ушел из этой фирмы и «оставил там свою головную боль».

Если причина ваших головных болей в несоответствии ваших мыслей и вашего внешнего поведения, то приведите внутреннее и внешнее в полное соответствие. В данном случае возможны два варианта. Первый: вас никто не заставляет общаться с этим человеком. Вы можете просто его оставить в покое. Второй: подумайте, чем вы привлекли в свою жизнь этого человека. Если вам в ком-то не нравятся какие-то качества, то они обязательно есть у вас. Меняйтесь сами, и тогда изменятся окружающие вас люди.

Одна участница моего семинара жаловалась на то, что ее начальник к ней плохо относится, постоянно ее критикует. После общения с ним голова ее буквально раскалывалась. А общаться с ним приходилось каждый день.

– Ощущение, что он меня вампирит, – сказала женщина.

Я ей задал несколько вопросов. Оказалось, что у нее была давняя обида на начальника.

– Кроме того, – добавила она, – он напоминает мне одного мужчину, который когда-то со мной плохо обошелся.

Также выяснилось, что эта женщина сама к себе относится очень критически. Недооценивает свои профессиональные и женские данные.

После семинара она пересмотрела события прошлого, изменила отношение к себе и начальнику и к ситуации в целом.

Через некоторое время головные боли прошли совершенно, а ее начальник стал относиться к ней как к ценному работнику.

Недооценка себя и самокритика часто приводят к головным болям. Кроме того, если человек привык себя недооценивать и критиковать, то он так же относится и к окружающим.

Любите себя и принимайте себя таким/такой, какой/какая вы есть. Научитесь замечать в людях только хорошее. Знайте: что вы привыкли видеть в людях, то они вам и покажут.

Страх также является причиной боли. Он создает чрезмерное напряжение, беспокойство. Отыщите этот страх в себе. Научитесь доверять окружающему миру – это ваш мир, а потому – самое безопасное место во Вселенной. Любовь к себе и доверие к окружающему миру растворяют любой страх.

Часто головная боль может выполнять определенные функции. Она помогает уклониться от каких-то обязанностей. Так, женщина, пытаясь уклониться от сексуального общения, ссылается на головную боль. Делает это раз, другой, а потом, с наступлением вечера, у нее регулярно начинает болеть голова. И таблетки здесь не помогут. Нужно спокойно выяснить отношения и принять определенное решение.

По этому поводу есть анекдот. Муж и жена гуляли по зоопарку. Клетка с гориллой оказалась незапертой. Обезьяна выскочила на волю, схватила женщину и утащила к себе в клетку. Видно, женщина понравилась самцу, и он собрался с ней заняться сексом.

Жена кричит мужу:

– Дорогой, что же ты стоишь? Ты разве не видишь, что он пытается меня изнасиловать? Сделай что-нибудь!

– А ты скажи ему, что устала или что у тебя голова болит.

Научитесь внимательно и с уважением относиться к своей головной боли. Воспринимайте ее прежде всего как сигнал. Не подавляйте ее таблетками. Они только принесут временное облегчение.

Подавить боль – это не значит вылечить ее. Отыщите причины своей боли и устраните их. Они скрыты в ваших мыслях и чувствах.

#### Мигрень

Мигрень – это невралгическая головная боль, которая чаще всего локализуется в одном месте и имеет тенденцию появляться с определенной периодичностью. Простые обезболивающие средства здесь не помогают. Как правило, такие боли временно устраняются транквилизаторами и нейролептиками. Но только временно, так как таблетки не устраняют сами причины. А причины ее появления такие же, как и в случае с простой головной болью. Но здесь еще наслаиваются определенные невротические черты характера.

Мигрени часты у тех людей, которые хотят быть совершенными. Но они стремятся к совершенству, постоянно ругая и критикуя себя, обвиняя и наказывая. Они полны всяких комплексов неполноценности и вины. Избавление от этих комплексов – это избавление от боли.

Светлана влюбилась в мужчину, который часто приезжал в ее родной город в командировки. Он был женат, но уверял ее, что скоро разведется. Через некоторое время она узнала, что беременна. Она сообщила ему об этом. Он пообещал выяснить отношения с женой и вернуться. Но больше она его никогда не видела.

Светлана не стала делать аборт и родила девочку. Буквально сразу после родов у нее начались сильные головные боли.

И вот теперь эта женщина сидит передо мной и рассказывает мне свою историю. Недавно ее дочери исполнилось 14 лет. И на протяжении всех этих лет у Светланы регулярно каждый месяц возникали сильнейшие мигренеподобные головные боли, которые не поддавались действию лекарств и выключали ее из жизни на трое суток.

– Доктор, я чувствую себя ужасно виноватой перед своей дочерью, – говорит мне Светлана со слезами. – У моей дочери нет отца, и именно я в этом виновата. Ведь я имела близость с ним всего один раз. Я была девушкой. Мне было стыдно смотреть людям в глаза, потому что я ощущала себя падшей женщиной. Я даже переехала в другой город в надежде, что все забудется и моя душевная боль уйдет. Но, увы, моя боль осталась со мной.

Иногда мигрень отражает всевозможные страхи.

– Доктор, – обращается ко мне молодая девушка, – у меня проблемы с головой.

– В чем же это проявляется?

– Недавно у меня начались сильные головные боли. Никакие таблетки не помогают.

– А есть ли какая-то закономерность в их появлении? – спросил я ее.

– Да, есть. – При этом девушка опустила глаза. – Недавно я познакомилась с парнем, он очень хороший.

Но я не об этом. Так вот, когда он впервые пытался меня поцеловать, у меня появилась тошнота, а затем началась сильная головная боль. Теперь боль бывает очень часто, как правило, это связано с нашими встречами или даже с мыслями о нем.

В состоянии транса мы выяснили причины такой реакции на молодого человека. Когда девушке было 13 лет и у нее пошли месячные, ее мать решила дать ей первый урок сексуального воспитания. Она объяснила ей, что секс – это очень грязно, что всем мужчинам только одного и надо. Как только они этого добиваются, то тут же бросают женщин, и часто беременных.

Вы уже знаете о том, что одна из функций подсознательного разума – защитная, и подсознание этой девушки нашло «прекрасный» способ (за неимением лучших) позаботиться о ее порядочности и непорочности.

В таком случае нужно с детства формировать правильное отношение к сексу. Секс не может быть греховным. Это физическое проявление любви духовной. Воспринимайте секс и как прекрасный способ общения с человеком, и как способ получения удовлетворения от жизни, и как способ очищения и совершенствования своего духовного начала. Если вы избегаете сексуального общения, считая его порочным, то, значит, вы бежите от земного. Но все земное создано Богом, Высшим Разумом. И метафора про Адама и Еву, про змея-искусителя означает, что человек, познавая все земное (в том числе и секс), все равно должен прийти к Богу. Так стоит ли делать этот путь тяжелым и невыносимым?

Амнезия (потеря памяти), слабость памяти

Страх – это одна из главных причин амнезии, или слабости памяти. И не просто страх, а бегство от жизни. Вы стремитесь все забыть. Какой совет чаще всего дают знакомые в неприятных ситуациях? «Да забудь ты об этом!» И если вы следуете этому совету, то не удивляйтесь ухудшению памяти.

Иногда подсознание с помощью амнезии выполняет защитную функцию для человека. Из памяти выпадают события, связанные с физической болью или душевными страданиями.

Несколько лет назад подруга моей жены попала в автомобильную катастрофу. И когда ее попросили рассказать о том, как это произошло, то она смогла вспомнить только то, как она села в машину и как очнулась в больничной палате. Все то, что произошло между этими событиями, она забыла.

## МОЗГ

### Опухоль мозга

Опухоль мозга часто возникает у тех людей, которые хотят подчинить окружающий мир своему мировоззрению. Они очень упрямы и отказываются принимать мир других людей. Это приводит к агрессии к людям и к миру. И мозг буквально «опухает» от напряжения.

Ко мне на прием совсем недавно приходил парень, у которого были проблемы с психикой. Из общения с подсознательным разумом выяснилось, что причина психических нарушений – сильное презрение, осуждение и ненависть к людям. Он придавал большое значение таким понятиям, как порядочность и нравственность, и любого, кто не соответствовал его меркам, он был готов просто уничтожить.

В процессе лечения выяснилось, что несколько лет назад он перенес сложнейшую операцию на головном мозге и чудом выжил. Причина та же – высокая подсознательная агрессия к миру и к людям. При общении с подсознанием информация шла открытым текстом:

– До рождения в этом мире ты жил на другой планете. Но сейчас ты здесь. Ты родился на этой планете. Прими этот мир с любовью. Тогда будешь здоров.

– Скорее всего, это так, – подтвердил парень, – мне часто снятся сны, в которых я путешествую по другим мирам, нахожусь на другой планете. Но как я могу принять этот мир, если в нем так много несправедливости?

Потребовалось несколько сеансов для того, чтобы он понял, что мир, в котором мы живем, очень справедлив и гармоничен. Сейчас он себя прекрасно чувствует. Организовал молодежный клуб, женился.

## НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Нервы – это орган восприятия. Они символизируют связь. При заболевании нервной системы у вас нарушены восприятие окружающего мира и общение с людьми.

### Невралгия

Я обнаружил, что люди с гипертрофированной совестью часто страдают от невралгии. В таких случаях невралгия – это своего рода наказание за греховность.

– Вы считаете себя великой грешницей, – объясняю я женщине, которая в течение длительного времени страдает невралгией тройничного нерва.

– А как же, – говорит женщина. – Все мы грешны. И должны нести суровое наказание за наши грехи.

Через страдания и мучения очищается наша душа.

– Скажите, – спрашиваю я ее, – а что произойдет в вашей жизни, если вы перестанете себя наказывать?

Женщина погрузилась в раздумья. Через несколько минут она сказала с удивлением:

– Моя жизнь изменится полностью. Я начну жить в радости.

– Правильно.

– А как же наши грехи? – спрашивает она, но выражение удивления на ее лице сохраняется.

– Понимаете, – объясняю я женщине, – Бог ни кого не наказывает. Он дает каждому шанс измениться к лучшему. Если ученик исправил плохую отметку на хорошую, стоит ли помнить о двойке годами

и наказывать себя за это. Вот и вы используйте в жизни свой шанс. Я предлагаю вам закрыть глаза, посидеть спокойно несколько минут и еще раз подумать над тем, стоит ли себя обвинять и наказывать. Виноватых нет вообще, – продолжаю я говорить ей, пока она находится в состоянии транса. – Каждый человек поступает в меру своей осознанности на данный момент. Поэтому вы всегда все делаете правильно. Меняя свое восприятие мира, вы избавляетесь от чувства вины.

Также возможна и другая причина. В вашей жизни есть человек, с которым вам очень тяжело общаться, вы буквально испытываете муки общения. В таком случае разберитесь в своих с ним отношениях. Обратитесь внутрь себя и узнайте, какими своими мыслями вы создали такие отношения? Что этот человек вам стремится сообщить своим поведением? Какие ваши мысли он отражает?

Иногда невралгия может появиться в результате пребывания в ненавистной вам ситуации.

Ко мне на прием пришла девушка с невралгией тройничного нерва. Болезнь появилась после того, как она устроилась на работу сразу после окончания института.

– Мне не нравится это место, – призналась она. – Я вообще представляла себе свою будущую работу по-другому. Я сейчас втиснута в такие жесткие рамки. Атмосфера царит ужасная. Каждый видит в другом потенциального врага. Открыто общаться с этими людьми я не могу. Приходится из кожи вон лезть. А другую работу сейчас найти невозможно.

В некоторых случаях невралгия может быть способом для осуществления какого-либо позитивного намерения. Например, привлечь внимание или получить порцию заботы.

#### Радикулит (ишиас)

Поясница символизирует опору и поддержку. Поэтому любые перегрузки (физические и духовные) будут сказываться на ее состоянии.

Страх и беспокойство за деньги, за свое финансовое положение и за свое будущее может способствовать болям в пояснице. Часто этим заболеванием страдают люди, профессиональная деятельность которых связана с большими суммами денег.

В те моменты жизни, когда человек испытывает финансовые затруднения или чувствует, что деньги на исходе, он буквально «срывает» спину, чтобы спасти свое материальное положение.

Если у вас проблемы с поясницей, вы взвалили на себя непосильную ношу.

Один мой знакомый рассказывает мне: – Неделю назад у меня сильно прихватило поясницу. Причем неожиданно. Представляешь, сижу вечером за столом, пью чай. Все вроде нормально. Потом хочу встать из-за стола, а не могу. Так скрутило, что в туалет пришлось ползти на карачках. Весь следующий день, да и всю неделю пролежал в кровати. А столько нужно было сделать дел! Никуда идти не мог. Никто меня не трогал. Мог только лежать, читать и спать.

Зато я так благодарен этой болезни, ты не представляешь! Отдохнул здорово! Появилось спокойствие, ясность в голове. Давно не испытывал таких приятных чувств. Я уже потом проанализировал причины, как ты учил. Оказалось, что слишком много взвалил на себя дел, суетился, спешил. И мое подсознание таким образом остановило меня. После этого случая берусь только за те дела, которые мне по силам.

#### Инсульт, параличи и парезы

Самая частая причина этой болезни – «парализующая» ревность и ненависть. В моей практике было множество случаев, когда люди (в основном это мужчины) с помощью ревности доводят себя до инсультов и параличей.

– Доктор, помогите мне устранить мой паралич, – обращается ко мне мужчина. – Недавно перенес инсульт, и вот теперь правая сторона тела как бы не моя, онемевшая.

Из общения с его подсознательным разумом выяснилось, что причина инсульта – сильная ревность к жене. Его жена на десять лет моложе его, и он с самого начала их совместной жизни сильно ее ревновал. И вот недавно произошли события, которые стали для него критическими.

Соппротивление жизненному процессу и неприятие своей жизни и судьбы также могут привести к параличу. Человек чувствует себя неспособным что-либо изменить в своей жизни, он в буквальном смысле сам «парализовал» себя и обрек на бездействие. Какие

«парализующие» мысли завели вас в тупик? Отыщите эти мысли. Что вам мешает свободно жить? Мы сами создаем свой мир, а поэтому выход есть всегда.

Люди, склонные к параличам, очень не гибки, они отстаивают свои давно устаревшие взгляды на мир. Они явно забывают, что это всего лишь их взгляд, что есть и другие мнения. Они сами отказывают себе в изменении, и часто от них можно услышать: «Я лучше умру, чем изменю своим принципам!» Ну что же – это их выбор.

Меня недавно пригласили на консультацию домой к одному пенсионеру. У него после инсульта осталась парализована левая сторона тела. После общения с его подсознанием мы выяснили, что причина инсульта и паралича заключается в его недовольстве своей жизнью, судьбой своих детей, правительством и многим другим. В связи с этим в подсознании накопилось много агрессии на мир и людей, на жену и себя самого. По сути, его ненависть и дефицит радости и любви в жизни привели к болезни.

Избегание ответственности, какой-либо ситуации или человека, когда вы чувствуете себя неспособным что-либо изменить, может также привести к параличу.

Еще одна причина – глубоко засевший «парализующий» страх, ужас.

Часто insult возникает как подсознательная потребность объединить семью. Когда разногласия в семье достигли своего предела и все сознательные способы что-то изменить исчерпаны, тогда подсознание изливает кровь (символически – любовь и радость) на те мозговые центры, которые «ответственны» за благополучие семьи.

Елена и Сергей прожили в браке пять лет. На шестом году совместной жизни их взаимоотношения начали разрушаться: у Елены появилось много претензий к мужу, начались ссоры, и все чаще Сергей стал приходить домой пьяным. И однажды Елена забрала дочь и ушла жить к родителям. Через некоторое время к ней пришла свекровь и сказала:

– Лена, Сергей в больнице, у него инсульт. Я прошу тебя, как мать, сходи к нему. Он никого не хочет видеть, кроме тебя.

Елена пришла в больницу и начала ухаживать за мужем. Сергей начал выздоравливать. После выписки из больницы они снова начали жить вместе.

Давайте задумаемся, почему так мучительно происходит восстановление после паралича. Потому что человек учится заново двигаться, чувствовать – одним словом, действовать. До болезни он уже

обрек себя на бездействие, и болезнь явилась просто результатом его отношения к себе и к жизни. Теперь же ему приходится учиться, учиться действовать.

Недавно в моей практике был случай неполного паралича лицевого нерва. Это был уже пожилой мужчина. От его подсознания я получил ответ, что к параличу привело нежелание и просто неумение выражать свои чувства, эмоции. Например, усилие сдержаться, подавить в себе гнев, неумение выразить любовь создают внутреннее напряжение.

Наряду с устранением подсознательных причин болезни я назначил ему гомеопатическое лечение и дал задание учиться выражать свои чувства, стоя перед зеркалом и в общении с близкими, учиться сердиться и любить по-настоящему, открыто.

Паралич – это всегда требование жить по-новому, думать по-другому.

#### Головокружение и потеря устойчивости

Если у вас есть головокружение, то причина, скорее всего, в ваших мимолетных, бессвязных, рассеянных мыслях. У вас отсутствует концентрация, сосредоточенность. Вы не в состоянии разобраться со своими проблемами. «Голова идет кругом от проблем» – так мне заявила одна моя пациентка, у которой часто были головокружения.

Метание в жизни от одного к другому также создает головокружение. У вас нет определенной цели в жизни. Подумайте, ради чего вы живете в этом мире. Какова ваша главная цель в жизни и какие цели ближайшие. Определитесь. В вашей жизни должна быть дисциплина. Это придаст вам уверенность в себе и позволит твердо стоять на ногах.

Головокружения у одного мужчины появились через некоторое время после разрыва отношений со своей женой. Жена узнала, что у него есть другая женщина, и предложила ему развод. С одной стороны, семья, ребенок, а с другой – любимая женщина. Он никак не мог принять определенное решение.

Есть еще одна разновидность головокружения – «головокружение от успехов».

К этой болезни может привести желание кого-то остановить и ощущение собственного бессилия сделать это. Как и в случае с параличом, ревность может быть тем пагубным поведением-причиной.

На приеме у меня молодой парень 28 лет с последствиями полиомиелита. Причина болезни – ревность:

– Доктор, я настолько сильно ревновал свою жену, что, когда она уходила к матери в соседнюю деревню, со мной были приступы бешенства. Я думал о том, что было бы лучше, чтобы она умерла или чтобы с ней что-нибудь случилось, лишь бы я не мучился. Иногда я подавлял эти приступы, иногда напивался, чтобы забыться, или шел в деревню и бил кому-нибудь морду за какие-то старые обиды. А вот сейчас я бессилен что-то сделать, даже импотенция появилась.

Болезнь для него сыграла роль последнего тормоза.

## ПСИХИКА

Эпилепсия, судороги, конвульсии, спазмы

Это следствие сильного психического напряжения. Такое напряжение может порождаться паническим подсознательным страхом, манией преследования, ощущением сильной внутренней борьбы, желанием совершить насилие. Человек настолько сильно взвинчивает себя своими мыслями, что тело временами отказывается его слушать и совершает беспорядочные движения. Во время припадка сознание отключается полностью или частично. Это лишний раз подчеркивает, что причины болезни скрыты в подсознании.

Я обнаружил, что у тех людей, которые склонны к судорогам, высокий уровень подсознательной агрессии к окружающему миру и к людям. Эта агрессия может выражаться в ненависти, презрении, ревности.

У меня лечилась от эпилепсии 17-летняя девушка. Приступы у нее начались через некоторое время после менструаций. Врачи, конечно, не пытались выяснить причины и все списали на переходный

возраст. Сознание у девушки отключалось ненадолго, судорожный синдром был выражен незначительно, но это очень пугало ее и родителей. Она пробовала принимать таблетки, которые прописал врач-невропатолог, но через некоторое время отказалась от них. Как она сказала: «У меня после их приема стали происходить какие-то странные, явно ненормальные изменения с психикой».

Мы стали выяснять подсознательные причины болезни, и оказалось, что это очень сильная агрессия к родителям и к мужчинам. Эти программы «молчали», пока она была ребенком, и активно заработали в период ее полового созревания. Я провел с ней два сеанса, и приступы прекратились.

Через полтора года она снова пришла ко мне.

– Доктор, вы знаете, в течение полутора лет приступов не было и я себя прекрасно чувствовала, школу закончила на «отлично». Но вот недавно я почувствовала, что у меня сознание как бы отключается. Было это только один раз. Никаких приступов нет. Но я насторожилась и решила сразу прийти к вам.

– Может быть, вы мне сами расскажете о причинах, – предложил я ей. – Ведь за время нашей совместной работы вы многому научились.

– Да, я догадываюсь, в чем причина, – медленно проговорила девушка. – В этом году я решила поступать в институт в другой город, а родители настаивают, чтобы я училась рядом с ними. И вот на этой почве у нас с ними возник конфликт. Да, теперь я понимаю, у меня снова появились старые мысли.

Однажды, когда я только начинал свою врачебную деятельность, я был свидетелем того, как один народный целитель лечил эпилепсию у молодого парня. Он посадил его в круг и стал читать определенные молитвы. Парня начало крутить, выворачивать наизнанку. Мужчина-целитель ходил по кругу и читал молитвы, а парень сидел в кругу и корчился. Зрелище было поистине драматичным. Наконец целитель остановился, вознес руки кверху и прокричал: «Изыди, сатана!» Парень, искривляя губы и явно повинуюсь не своей воле, простонал: «Не выйду». Мужчина снова стал читать молитвы и ходить по кругу со свечкой. В конце ритуала он снова прокричал те же слова. Парень снова простонал, но уже тише. Все повторилось снова. И после третьего раза парень опустился на пол в изнеможении и уснул. Проспал он очень долго, а потом ушел домой. Приступы больше не повторялись. Я был поражен. «Сильный целитель, – думал я. – Я

тоже хочу так научиться. Прямо как в Новом Завете, когда Иисус изгонял бесов!»

Я решил понаблюдать за этим парнем. В течение полугода самочувствие у него было хорошее, приступов не было. Но вот однажды он пришел снова. Приступы начались и стали еще сильнее, чем до лечения. Целитель проделал тот же ритуал лечения. Улучшение снова наступило, но уже не на длительный срок, а всего на один день, после чего приступы повторились. В дальнейшем те же молитвы уже не помогали, и родители молодого человека были вынуждены обратиться за помощью к официальной медицине, хотя уже по опыту знали, что таблетками эту болезнь вылечить невозможно.

После этого случая я понял, что нельзя изгонять беса или сатану, то есть болезнь, из души. Нужно устранять причину болезни. Об этом предупреждал Иисус Христос. Он говорил о том, что бес, которого выгнали, вернется снова и приведет с собой еще семерых, страшнее первого. А спустя несколько лет я пришел к такому убеждению, что нет вообще сил темных или светлых. Любую силу можно обернуть на пользу себе и окружающим.

А что же с этим парнем? Я провел с ним несколько сеансов. Мне удалось с помощью гомеопатических лекарств и гипноза значительно облегчить его состояние. Потом я потерял его из виду. Позже я исследовал его подсознательные программы и выяснил, что причина его судорог – сильнейшая подсознательная агрессия к окружающему миру.

Часто эпилепсия обнаруживается в подростковом возрасте, как раз в тот период, когда начинается половое созревание. Это приводит в действие определенные негативные подсознательные программы. Растет внутреннее напряжение.

Недавно на прием из района приехала мама с 15-летней дочерью. Три года назад у девочки ночью был приступ, который сопровождался потерей сознания и судорогами. Впоследствии эти приступы повторялись. Врачи поставили диагноз «эпилепсия» и назначили химические препараты.

– Скажите, – обратился я к ее маме, – у девочки были месячные?

– У нее их до сих пор нет, – ответила она. – Кроме того, УЗИ показало, что у нее очень маленькая, недоразвитая матка.

– Я вам сейчас дам специальные гомеопатические средства, – сказал я, – которые вы будете принимать строго по схеме. Вначале будет ухудшение состояния, приступы могут усилиться и быть чаще. Но потом у нее начнутся месячные и болезнь исчезнет. Ирина, –

обратился я к девочке, – а мама рассказывала тебе что-нибудь о менструациях, о половом развитии?

– Нет, – ответила она смущенно.

– Тогда я тебе расскажу, а заодно и мама послушает.

После этого я прочитал девочке целую лекцию о половом развитии, о функции женщины в этом мире, о радости материнства и о замужестве.

Через месяц они приехали на прием повторно.

– Как у вас дела? – спросил я.

– Доктор, – начала свой рассказ мама девочки, – было все так, как вы сказали. Сначала было обострение. Длилось оно три дня, точнее, три ночи, а потом все прекратилось и через неделю пошли месячные. Сейчас она прекрасно себя чувствует. Приступов за это время не было. Нормализовалось мочеиспускание, и сошли отеки. И мы хотели бы закрепить успех.

Это уже не первый случай в моей практике, когда после правильно подобранного лечения эта страшная болезнь исчезает. А ведь в официальной медицине она считается неизлечимой. Почему? Потому что неверен подход к болезни.

Давайте рассмотрим принципиальную схему эпилепсии. Если за основу взять электрическую составляющую, то получается, что при этом заболевании в коре головного мозга есть патологический очаг. Электрохимические импульсы не могут свободно проходить через него. Заряд постепенно накапливается, и в какой-то момент происходит «пробой» всей системы. Мощный импульс идет на оболочки головного мозга и на все тело. Это проявляется судорогами, потерей сознания. Химические препараты подавляют не только болезненный очаг, но и всю кору головного мозга со всеми вытекающими последствиями.

Я разработал принципиально новый подход в лечении этого заболевания. Зачем подавлять патологический очаг? Необходимо создать новые прямые и обратные связи в коре головного мозга, и электрические импульсы будут идти в обход этого очага. И постепенно этот участок головного мозга полностью восстановится и сможет снова взять на себя свои функции. Я опробовал эту модель на нескольких пациентах – результаты прекрасные.

Эти два заболевания часто встречаются у детей. Одна из причин такого поведения – отсутствие безусловной любви родителей к своему ребенку. Есть чувство долга, но нет любви. У родителей такого ребенка в подсознании действует программа уничтожения детей. В прошлом это проявилось, например, в желании матери сделать аборт или в мыслях о том, что беременность несвоевременна и нежелательна. Теперь это могут быть мысли о том, что заботы о детях мешают реализоваться в жизни, мешают устроить личную жизнь. Часто обиды, претензии и ненависть родителей по отношению друг к другу являются причиной болезни. Как только родители меняют свое поведение, как только они начинают по-настоящему любить своего ребенка, а не заботиться о нем из чувства долга – ребенок тут же успокаивается, расслабляется.

Я знаю об этих причинах не только из практики с пациентами. У моего сына когда-то тоже были тики и очень дерганое поведение. В то время я очень сильно акцентировал свое внимание на работе и совершенно потерял интерес к своему ребенку. Мне было гораздо интереснее часок-другой посидеть у компьютера и поработать над книгой, чем общаться с сыном. Кроме того, в моей семейной жизни происходили определенные перемены. У матери были аналогичные программы. Короче, мы, родители, занимались своим самоутверждением в жизни и совсем забыли о ребенке. Ребенок тут же отреагировал на дефицит любви. Мне пришлось провести переоценку ценностей и изменить свое отношение к сыну, к работе, к семье. Тики прошли, и ребенок начал успокаиваться, так как стал ощущать любовь родителей. Иногда все же он ведет себя очень активно, особенно в школе на уроках. Я продолжаю работать над собой и учусь сочетать в себе любовь к детям с любовью к работе, к женщине, к людям и ко всему сущему в этом мире, так как понимаю, что здоровье моего сына зависит от моих мыслей и эмоций.

#### Бессонница

Причины бессонницы банальны – страх, беспокойство, борьба, суета. Все это мешает вам расслабиться, отключиться от дневных

забот. Ваше подсознание, вызывая бессонницу, пытается за счет ночного времени, когда окружающий мир спит, решить те проблемы, которые вас волнуют. Но глупо забирать у самого же себя время. Необходимо изменить сам подход к решению проблем. Я знаю прекрасный и, по-моему, единственный способ спокойно и крепко спать – научиться доверять: доверять себе, людям, жизни. Как говорится: «Пусть завтрашний день сам позаботится о себе».

Есть и другие причины бессонницы.

– Доктор, – говорит мне женщина, – вот уже полгода я страдаю бессонницей. Помогите мне.

– А вы знаете, что мешает вам спать? – спрашиваю я ее.

– Да, я знаю, – отвечает она. – Меня гложет чувство вины. Я знаю, что, как только я избавлюсь от этого чувства, буду спать спокойно. Помогите мне в этом.

Главными предпосылками для здорового и освежающего сна являются усталое тело и душевное равновесие.

## УШИ

Выражают способность слышать и слушать.

Проблемы с ушами – это нежелание что-либо слышать или неумение слушать и прислушиваться к мнению других людей.

Воспаление уха (отит, мастоидит)

Это нежелание слушать и принимать то, что говорят окружающие. В результате в подсознании накапливаются гнев и раздражение, и это приводит к воспалению.

К одной моей знакомой, замужней женщине, приехала как-то в гости ее мать. Живут они в разных городах, давно не виделись. Мать приехала всего на несколько дней, но в течение этих нескольких дней она пыталась привнести в другую семью свой уклад жизни: целыми днями стирала, убирала, переставляла вещи, что-то меняла, выражала недовольство по поводу чего-либо.

Моя знакомая не хотела жить так, как живет ее мать. Со слов знакомой, в семье ее матери между родителями никогда не было

настоящей любви. Мать не любила себя, а отец часто выпивал. Знакомая создавала свой уклад жизни, и ее жизнь ей нравилась. За несколько дней накопилось раздражение, гнев, нежелание принимать то, что говорит мать. В итоге, перед самым отъездом матери, она стала плохо слышать на левое ухо (в ухо попала вода и началось незначительное воспаление). В юности у нее уже было подобное.

Часто заболевание ушей бывает у детей из-за того, что они не могут или не умеют выразить свои чувства. Их пониманию мешает страх. Когда в доме шум, родители или близкие ссорятся, то ребенок часто реагирует на это воспалением уха, выражая таким образом свои чувства и давая своей болезнью сигнал родителям: «Обратите на меня внимание! Для меня важны тишина, мир, спокойствие и гармония в семье». Но всегда ли взрослые понимают это?

Глухота, шум в ушах

Очень сильное неприятие к кому-либо и к чему-либо. Нежелание слушать и понимать, принимать другие точки зрения. Этому мешает упрямство, гордыня. Внутри накапливается стильная агрессия на окружающий мир, и это приводит к снижению слуха. Действительно, если человек не хочет что-то слышать и не желает понять, он тем самым обрекает себя на звуковую изоляцию от окружающего мира, и подсознанию ничего не остается, как вызвать глухоту.

А как вы думаете, что произойдет, если постоянно говорить: «Слушать тебя не хочу»?

Молодой человек слышал левым ухом хуже, чем правым. Слух понизился, когда он служил в армии. Из общения с подсознанием выяснилось, что причина заболевания скрывается в его конфликте с родителями.

– Вы знаете, – рассказывал он мне, – я тогда познакомился с женщиной. У нее был ребенок. Она была старше меня на четыре года. Часто встречаться мы не могли, только когда мне давали увольнительную. У меня к ней возникли теплые чувства, тем более что до нее я не знал женщин. Я написал родителям письмо, в котором сообщил, что, может быть, женюсь, но у меня были сомнения. И вот тут-то началось! Родители приехали ко мне в часть. Стали меня отговаривать, приводить разные отрицательные примеры из жизни,

оскорблять эту женщину. Особенно старалась моя мать. И чем больше они говорили, тем меньше мне хотелось их слушать.

Воспаление уха всегда указывает на внутренний конфликт. Вам нужно прислушаться к своему внутреннему голосу, научиться слушать самого себя. Примирить конфликтующие части в своем подсознании.

#### Неврит слухового нерва

Это заболевание отражает сильное нервное напряжение от выслушивания кого-либо.

На приеме у меня сидит женщина со слуховым аппаратом в левом ухе. Три года назад врачи поставили диагноз «неврит слухового нерва» и прописали носить аппарат.

Женщине по роду своей работы приходилось часто выслушивать просьбы и жалобы людей. К концу года накопилось много работы, и она ее выполняла, даже будучи больна гриппом. Перенесенный на ногах грипп и сильное нервное напряжение привели к невриту слухового нерва.

## ГЛАЗА

Символизируют способность ясно видеть прошлое, настоящее и будущее.

Глазные болезни отражают нежелание видеть. Вам не нравится то, что вы видите или не хотите видеть в своей жизни. В душе накапливаются такие агрессивные эмоции, как ненависть, злость, гнев, и они создают проблемы с глазами. Ведь глаза – это зеркало души.

А как часто люди говорят: «Я тебя ненавижу», «Глаза б мои тебя не видели», «Больно смотреть на все это», «Видеть тебя не могу». Таким людям мешает видеть хорошее их гордыня и упрямство. Они не понимают, что видят плохое в своем мире только потому, что смотрят на мир через призму своих агрессивных эмоций. Выход один – очистить свои помыслы, тогда и мир станет лучше. Создайте сами для себя такой мир, на который вам было бы приятно смотреть.

У меня в кабинете находится молодая женщина с диагнозом «близорукость». Мы начинаем сеанс. После того как женщина установила контакт со своим подсознанием, она задала вопрос:

– Какое мое поведение, мысли, эмоции привели меня к болезни?

Через некоторое время она получила ответ: «Загляни внутрь себя. Сколько грязи в твоей душе! Ты все время осуждаешь людей, а сама дальше своего носа не видишь. Ты даже окна в своей квартире моешь раз в год. Посмотри вокруг. Как прекрасен мир! Как прекрасны люди. То, что тебе в них не нравится, всего лишь отражает твое собственное поведение».

В ходе дальнейшей работы мы подробно выяснили, что надо изменить женщине в своем поведении, составили план работы над собой, и на этом первый сеанс закончился.

Второй сеанс моя пациентка начала так:

– Доктор, вы знаете, что я сделала после нашего первого сеанса, когда пришла домой?

– И что же вы сделали?

– Я вымыла все окна в своей квартире, которые я действительно не мыла уже год.

После нескольких сеансов зрение у женщины значительно улучшилось. И еще я посоветовал ей прочитать книгу «Как улучшить зрение без очков» У. Бейтса и его ученицы М. Корбетт. Работа с подсознанием и упражнения для глаз помогли ей восстановить зрение полностью.

Воспаление глаз (конъюнктивит, кератит, сухость)

Нежелание что-либо видеть и связанные с этим сильный гнев, ненависть и обида приводят к воспалению глаз. Чем сильнее негативные эмоции, тем сильнее воспаление. Ваша агрессия возвращается к вам назад и «бьет» по глазам. Примеров можно привести множество, да и каждый из вас, я думаю, вспомнит подобные случаи в своей жизни.

Иногда проявление злорадства, зломыслия может привести к воспалению. Ведь что такое сглаз? Это пожелание зла другому человеку. И отразится оно на глазах.

## Ячмень

Появление ячменя означает, что вы смотрите на Жизнь злыми глазами. У вас есть на кого-то злость. Пересмотрите свое отношение к этому человеку. Про одного человека люди говорят: «У него злые глаза», а про другого – «добрые». Состояние наших глаз зависит от того, какие у нас помыслы.

## Косоглазие

Когда человек видит нормально обоими глазами, обе картины синхронно накладываются одна на другую. При косоглазии человек видит две различные картины, под разными углами зрения. И его подсознание вынуждено выбрать какую-то одну. Так формируется односторонний взгляд на вещи.

Косоглазие чаще появляется в детском возрасте и отражает определенное поведение родителей. Родители в таком случае действуют наперекор друг другу.

У меня лечится маленькая девочка. Когда родители впервые приехали ко мне, у нее было много заболеваний, одним из которых являлось косоглазие. Сейчас состояние ее здоровья значительно улучшилось, косоглазие практически исчезло. В этом помогла гомеопатия и изменение, правда медленное, мировоззрения родителей.

А поначалу родители ребенка никак не могли прийти к согласию. Они постоянно ругались между собой и с дедушками и бабушками. И ребенок своими болезнями сигнализировал им о внутреннем «расхождении», неблагополучии семьи.

## Глаукома

При глаукоме повышается внутриглазное давление, появляются сильные боли в глазном яблоке. В прямом смысле становится больно видеть. Давят, давят застарелые обиды на людей, на судьбу, какая-то душевная боль. Упорно не желая прощать, вы делаете больно только себе.

Один мой пациент с глаукомой, пенсионер, во время нашей беседы сказал с горечью:

– Доктор, мне больно смотреть на людей, на себя. В стране царит нищета, беззаконие. До чего нас довело наше правительство!

Мне часто приходится слышать агрессивные высказывания в адрес правительства. Больше всего их исходит от людей пожилых, которые строили социалистическое общество, а теперь вынуждены жить при капитализме, который они же в свое время осуждали. Да, нелегко все это осмыслить и принять. Нужно просто понять, что правительство отражает наше с вами коллективное мировоззрение. То есть мы сами его создаем, своим, коллективным подсознанием. А значит, на данный период времени оно является самым лучшим для нас. И как мы относимся к правительству, так и оно относится к нам. Для того чтобы жить в прекрасном государстве, нужно ему посылать не разрушительные мысли в виде критики, осуждения и ненависти, а созидательные, добрые. Выбор за вами.

Глаукома сигнализирует человеку, что он подвергает себя сильному внутреннему давлению. Блокирует свои чувства. В таком случае очень важно научиться выражать свои эмоции, дать выход своим чувствам. Разблокировать внутренние каналы.

В таких случаях хорошо помогает глубокое расслабление, самогипноз, аутогенная тренировка, дыхательные упражнения, йога. Есть специальные упражнения для глаз.

Хочу посоветовать научиться «дышать» глазами, представляя, как вы осуществляете вдох и выдох через глаза. Это своеобразное энергетическое дыхание хорошо прочищает глазные каналы.

#### Катаракта

Почему катаракта возникает, как правило, у людей пожилого возраста? Потому что они не видят ничего радостного в своем будущем. Оно «туманно». Что ждет нас там, в нашем будущем? Старость, болезни и смерть. Да, вроде бы нечему радоваться. Вот так мы заранее программируем себя на страдания в этом возрасте. Но наша старость и наш уход из этого мира, как и все остальное, зависят только от нас самих, от тех мыслей и настроений, с которыми мы их встречаем.

## СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА, КРОВЬ

Считается, что сердце символизирует жизненный центр человека. Его способность радоваться жизни, жить в ладу с самим собой и с окружающим миром. Мы живем, пока бьется наше сердце. Кровь – это материальный символ нашей души. Кровь – это радость и жизненные силы, а сосуды доставляют радость и силу каждой клеточке нашего тела.

Боли в сердце, стенокардия

Боли в сердце возникают от неудовлетворенной любви: к себе, близким, окружающему миру, к самому процессу жизни. У людей с больным сердцем дефицит любви к себе и к людям. Им мешают любить застарелые обиды и ревность, жалость и сожаления, страх и гнев. Они чувствуют себя одинокими или боятся одиночества. Они не понимают, что сами создают себе одиночество, отгораживаясь от людей, опираясь на старые обиды. На них давят эмоциональные давнишние проблемы. Они «тяжелым грузом», «камнем» ложатся на сердце. Отсюда – дефицит любви и радости. Вы просто убиваете в себе эти божественные чувства. Вы настолько заняты своими и чужими проблемами, что для любви и радости не остается места и времени.

– Доктор, я не могу не переживать за своих детей, – говорит мне пациентка. – У дочери муж-пьяница, сын разошелся с женой, а я волнуюсь за внуков, как они, что с ними. У меня сердце болит за них за всех.

– Я понимаю, что вы хотите только хорошего своим детям и внукам. Но разве боль в сердце – это лучший способ помочь им?

– Конечно нет, – отвечает женщина. – Но я не умею по-другому.

Сердце часто болит у тех людей, которые преисполнены жалостью и состраданием. Они стремятся помочь: людям, взяв на себя их боль и страдания («Сердобольный человек», «Сердце кровью обливается», «Брат! близко к сердцу»)

– В них очень сильно желание помочь близким, окружающим людям. Но они пользуются далеко не лучшими способами. И при этом совершенно забывают о себе, игнорируют себя. Таким образом,

сердце постепенно закрывается для любви и радости. Его сосуды сужаются.

Жалость и сострадание – это не любовь. Будьте милосердны, а не сострадательны. Имейте милое сердце. Помогайте людям с любовью и радостью. Сочетайте в себе любовь к людям и любовь к себе. Важно понять, что с другим человеком можно поделиться только тем, что есть у меня самого. Если во мне много хороших и светлых чувств, то я могу этим поделиться с близким.

Быть открытым миру, любить мир и людей, и при этом помнить и заботиться о себе, о своих интересах и намерениях – это большое искусство. Помните? «Возлюби ближнего своего, как себя самого!»

Почему люди забывают вторую часть этой заповеди?

Человек с добрыми помыслами, понимающий, осознающий и принимающий свое место и предназначение во Вселенной, имеет здоровое и сильное сердце.

Доброе сердце век не болеет, А недоброе – тяжелеет.

Зло сгубило сердце не одно.

Доброе сердце имей, Добром за добро ответить сумей.

Я обнаружил, что люди с больным сердцем верят в необходимость напряжения и стресса. У них преобладает негативная оценка окружающего мира или каких-либо событий и явлений в нем. Практически любую ситуацию они рассматривают как стрессовую. Это оттого, что они не научились брать на себя ответственность за свою жизнь. Лично я разделяю все ситуации в своей жизни на две категории: приятные и полезные. Приятные ситуации – это те, которые дарят мне приятные переживания. А полезные – это те, в которых можно научиться чему-то важному и позитивному.

Есть у меня знакомый банщик. Ему уже семьдесят лет. Золотую свадьбу справил. Недавно он мне рассказывал о себе.

– Пятнадцать лет назад я попал в госпиталь с подозрением на инфаркт сердца. Мне тогда туго пришлось. Думал, что уже конец настал. Ну ничего, врачи поддержали, подлечили. А когда выписывался, то один умный врач мне сказал: «Если хочешь иметь здоровое сердце, запомни: никогда никого не ругай и ни с кем не ругайся. И даже если рядом кто-то кого-то ругает, беги оттуда подальше. Выбери себе добрых людей и сам будь добрым». Так я его слова на всю жизнь запомнил. Если в троллейбусах ругаются, я выхожу и сажусь на маршрутное такси. Соседки-пенсионерки шутят: «Семеныч богачом стал, на такси разъезжает». А я думаю, что не стоит экономить на своем здоровье.

Зато сейчас я могу в бане отпарить веником сразу три человека. И чувствую себя прекрасно.

Одна моя пациентка с пороком сердца в разговоре часто использовала такие фразы:

- Доктор, я постоянно жалею людей.
- Осуждаю «в сердцах».
- Беру близко к сердцу.
- Мир такой несправедливый.

«Брать близко к сердцу», «Сердобольный человек», «Камень на сердце», «Сердце кровью обливается», «Холодное сердце», «Бессердечный» – если вы пользуетесь подобными фразами, то у вас есть предрасположенность к болезням сердца или оно уже больное. Хватит носить в своем сердце что-то неприятное. Освободитесь, улыбнитесь, распрямитесь, почувствуйте себя легко и свободно.

#### Нарушение ритма

Я вспоминаю уроки физиологии в медицинском университете. Мы тогда проводили опыты над лягушками. У лягушки вырезалось сердце и помещалось в физиологический раствор. И если поддерживать определенные условия, то сердце может биться в отрыве от организма сколько угодно долго. Это объясняется тем, что в сердце есть свой собственный водитель ритма (синусовый узел).

Но, находясь в организме, сердце еще реагирует и на определенные гормоны, нервные импульсы, идущие из центральной и вегетативной нервной системы. И когда в нашей жизни все в порядке, мы не думаем о нашем сердце.

Перебои в работе сердца – это прямое указание на то, что вы сбились со своего собственного ритма жизни. Прислушайтесь к своему сердцу. Оно наверняка подскажет вам, что вы навязываете себе чуждый ритм. Куда-то спешите, торопитесь, суетитесь. Беспокойство и страх начинают управлять вами, вашими чувствами.

У одного моего пациента возникла сердечная блокада. При этом заболевании не каждый импульс из синусового узла доходит до сердечной мышцы. И сердце сокращается с частотой 30–55 ударов в минуту (при нормальном ритме 60–80 ударов). Возникает угроза остановки сердца. Медицина в таком случае предлагает сделать операцию и поставить искусственный водитель ритма.

– Понимаете, доктор, – говорит мне пациент, – я уже не молод, а у меня маленький сын растет. Надо успеть дать ему образование, обеспечить достойную жизнь. Я ради этого ушел со своей любимой работы и подался в бизнес. И я не выдерживаю этот бешеный ритм, конкуренцию. Кроме того, постоянные проверки со стороны налоговой инспекции. И каждому надо что-то дать. Я устал от всего этого.

– Правильно, – говорю я, – в бизнесе совершенно другой ритм. И ваше сердце подсказывает вам, что нужно остановиться, перестать беспокоиться и начать заниматься в жизни тем, что вам интересно, что приносит радость, моральное удовлетворение. То, чем вы занимаетесь сейчас, – не ваше.

– Но ведь многие люди с началом перестройки сменили профессию.

– Конечно, – соглашаюсь я. – Некоторым занятие бизнесом помогло раскрыть в себе таланты, а многие просто кинулись в погоню за деньгами, забыв о своем предназначении, изменив себе, предав свое сердце.

– Но мне же нужно обеспечивать семью, – не соглашается он. – А на прежней работе я получал мизерные деньги.

– В таком случае, – говорю я, – у вас есть выбор: или вы живете по навязанному и искусственному для вас ритму, либо меняете работу и живете в своем естественном ритме, в ладу с собой и окружающим миром. Кроме того, – добавляю я, – любимая работа, если ее правильно поставить, может приносить не только моральное, но и материальное удовлетворение.

#### Атеросклероз

Повышение уровня холестерина в крови – это засорение каналов, по которым к вам поступает радость. И не употребление жирной пищи стоит на первом месте в причинах возникновения этого заболевания. Так как доказано, что если холестерин не поступает извне, то начинает вырабатываться свой внутренний (эндогенный) холестерин. Причина не в еде, как думают многие, а в дефиците радости. Научитесь радоваться – и ваши сосуды очистятся! Обмен веществ зависит от нашего эмоционального настроения.

Соппротивление и напряженность в жизни влияют на сосуды и также приводят к атеросклерозу. Я обнаружил, что люди со склерозом

сосудов очень упрямы. Они упорно не желают замечать хорошее в жизни, постоянно настаивают на том, что этот мир плохой, что жизнь тяжела и невыносима.

Есть еще один очень важный момент в возникновении этой болезни. Люди со склерозом, а это пожилые люди, жалуются на слабость памяти. То есть их болезнь помогает им забыть. Забыть старые неприятности.

#### Нарушение циркуляции крови

Если есть нарушения циркуляции крови, то у вас нарушена способность чувствовать и выражать эмоции позитивно. Вы заиклены на негативных сторонах жизни. Вы во всем стремитесь видеть больше плохое, чем хорошее.

#### Гипертония

Кровяное давление отражает степень и характер активности человека, его отношение к различным событиям, к препятствиям на жизненном пути.

Я считаю, что гипертония – это вообще не болезнь. Это определенная реакция на определенные события в жизни.

Повышают себе давление те люди, которые длительное время переживают внутреннюю напряженность и сопротивление, порождаемые всевозможными страхами, недоверием, нежеланием принять ту или иную ситуацию. Вы испытываете давление от неприятностей, с которыми не можете справиться в данный момент.

Пациентка установила контакт со своим подсознанием и спросила:

– Каким своим поведением и какими своими эмоциями я поднимаю у себя артериальное давление?

Ответ пришел незамедлительно: «Ты сердишься и обижаешься на мужа».

– Доктор, как же мне не сердиться? – возмущается она. – Ведь он постоянно меня критикует, постоянно чем-то недоволен. Надену длинную юбку – ты зачем вырядилась как старуха, надену короткую

– ты куда это собралась, тебе уже не восемнадцать. И так во всем. Он такой занудливый.

– А теперь давайте подумаем, – предлагаю ей, – для чего ваш муж ведет себя подобным образом? Что он хочет сделать для вас полезного своими придирками?

Женщина задумывается. Через пару минут она отвечает:

– Я поняла. Он хочет, чтобы я лучше выглядела, чтобы я была безупречной.

– Но ведь вы сами этого хотите! – Да, я всегда стремилась к безупречности во всем: в отношениях, в одежде, во внешнем виде.

– Вот видите, муж всего лишь отражает вашу придирчивость к самой себе. Измените свое отношение к себе, и он перестанет придираться к вам. Ваша благо приятная реакция на мужа приведет к нормализации давления.

После окончания института я проходил практику в терапевтическом отделении. Однажды я совершал обход своих палат, и один мужчина с гипертонической болезнью спросил меня:

– Доктор, вот вы недавно закончили институт, и знания у вас еще свежие. Скажите, в чем причина моей болезни? А то пью эти таблетки, а состояние улучшается только на короткое время. Я не хочу их пить все время.

Надо сказать, что, когда я зашел в палату, этот мужчина что-то агрессивно доказывал своему соседу. Он «выражался» в адрес правительства, начальства на работе. Завидев меня, они успокоились, но ненадолго. Пока очередь не дошла до них, они что-то обсуждали, сетовали на то, какая плохая жизнь. Я был занят обследованием вновь поступившего пациента и не особенно прислушивался к их разговору.

– Вы действительно хотите узнать причины вашей болезни? – спросил я его.

– Конечно хочу, а кто ж не хочет.

– Тогда слушайте, – спокойно сказал я ему. – Болезнь, которую вы себе создали, вызвана вашей критикой и претензиями, которыми вы взвинчиваете сами себя.

– Нет, доктор, вы не правы. Разве от этого может повышаться мое давление?

Я не стал ему ничего доказывать. К тому же знаний у меня тогда было маловато. В то время я только начинал осознавать, что человек непьющий, некурящий и даже занимающийся спортом может

заболеть потому, что имеет такие пороки, как осуждение, критика, ненависть, гнев и др.

Гипертонией чаще всего страдают мужчины, так как они привыкли подавлять свои истинные чувства. За внешней невозмутимостью скрываются агрессивные мысли. Они оказывают внутреннее давление на вас.

Подумайте, стоит ли реагировать на различные жизненные ситуации подъемом своего кровяного давления? Разве этим вы что-нибудь измените?

Реально изменить ситуацию можно, и только в том случае, если вы начнете менять себя самого.

#### Гипотония

Снижение артериального давления, вплоть до обморока, означает, что вы теряете жизненную силу. Не верите в себя, в свои силы и возможности. Стараетесь избежать конфликтных ситуаций, уйти от ответственности. В таком случае становится невозможным полноценное переживание действительности.

У одной моей пациентки с низким давлением было явно упадническое настроение. Для нее жизнь всегда была борьбой, и она настолько устала сопротивляться, что давно махнула на все рукой:

– Да какая разница?! Все равно ничего не получится.

Людам с пониженным давлением необходимо жить активной жизнью. Ставить перед собой вполне реальные цели. Достигать их, смело преодолевая препятствия. Не нужно бежать от жизни, от конфликтов. Любая «плохая» ситуация может стать для вас источником для накопления личной силы.

Полезны занятия спортом, массаж, активный отдых. В общем, любой вид деятельности, который сделает вашу жизнь насыщенной и полноценной.

#### Варикозное расширение вен

Варикозным расширением вен часто страдают люди, которые испытывают чувство перегруженности и подавленности. Одна из

причин возникновения этого заболевания – неверно выбранное направление в Жизни. Подумайте о своей профессии. Позволяет ли она вам раскрыть ваш творческий потенциал? Или, наоборот, тормозит ваше развитие? Если верно последнее – пересмотрите свое отношение к работе. Она должна давать вам не только возможность зарабатывать деньги, но и радость творчества, наслаждение, возможность самосовершенствования.

Пребывание длительное время в ненавистной вам ситуации также может привести к расширению вен. Например, тупиковые семейные взаимоотношения.

Мужчина и женщина состоят в браке более двадцати лет. Он злоупотребляет спиртным, оскорбляет ее, бьет. Она тянет воз семейных проблем на себе. В семье давно нет любви и взаимопонимания. Женщину не устраивает такая ситуация, но она никак не отваживается сделать решительный шаг и разорвать эти отношения.

Еще одна важная причина – страх перед будущим. Этот страх становится препятствием для легкого и свободного продвижения вперед.

К моей жене некоторое время на массаж ходила молодая женщина. Она нигде не работала. Муж ее был крупным бизнесменом, и недостатка в деньгах она не испытывала. Она прекрасно выглядела, и единственное, что ее беспокоило, – это расширенные вены на ногах. Женщина часто рассказывала о себе и своей жизни. Из ее рассказов стали понятны причины ее болезни.

– Людмила, вы знаете, я часто думаю о том, что ждет меня в будущем. И почему-то всегда при этом испытываю страх, тревогу. Мне кажется, что с моим мужем может что-нибудь случиться. И что же тогда будет со мной?

Тромбоз

При тромбозе нарушается венозное кровообращение из-за появления тромба в сосуде (сгустка крови). Это заболевание ограничивает подвижность и опасно тем, что тромб может попасть в сердце, мозг или лег– 5 кие. Причины болезни очевидны. Наша кровь, как средоточие энергии, постоянно находится в движении, постоянно течет. И если мы останавливаемся в своем развитии, цепляясь за какие-то догмы и принципы, то кровь может загустеть и остановиться.

При данном заболевании важно определить границы своего мировоззрения и расширить их. Задайте себе вопрос: «В какой области своей жизни мне необходимо дальнейшее развитие?»

#### Облитерирующий эндартериит

Причиной данного заболевания является настолько сильный подсознательный страх перед будущим, что это приводит к сужению сосудов конечностей, а в дальнейшем и к ампутации одной ноги или обеих.

Ко мне пришел мужчина с облитерирующим эндартериитом левой ноги. Мы выяснили подсознательные причины болезни. Они оказались следующими: неуверенность в своих силах, страх перед будущим, беспокойство за материальное положение своей семьи, особенно за будущее дочери.

Причиной для этих беспокойств послужили его отношения со своими родителями, особенно с матерью. Дело в том, что глубоко в подсознании у него затаились обиды на родителей, что они не обеспечили его будущее.

– Представляете, – рассказывал он, – проработали всю жизнь, а с чего в молодости начинали, к тому и пришли в старости. Обидно. Мне пришлось буквально начинать все с нуля.

Слушая этого пациента, я еще раз подумал об одной из заповедей: «Почитай родителей своих».

#### Анемия

Я обнаружил, что люди с анемией испытывают дефицит радости в жизни. Позднее обнаружил в литературе, что кровь олицетворяет собой радость. Мои догадки подтвердились.

Подумайте, в какой сфере жизни у вас нет радости? Работа, деньги, отношения... Решайте эти проблемы. Может быть, вам мешает испытывать радость и наслаждение страх перед жизнью, комплексы неполноценности или старые обиды. Освобождайтесь от них.

Одна моя пациентка с анемией так рассказывала о своей жизни:

– Вот у меня, казалось бы, все есть: и квартира, и семья, и работа. Ну что еще нужно?! Но... Нет, мне кажется, главного – нет радости.

– А что же мешает вам радоваться с такими данными? – спросил я ее. – Наверное, нет чего-то еще более важного?

– Да, это точно. Нет любви. Я не чувствую любви от своего мужа, да и сама его, наверное, не люблю. Мне также не нравится моя работа, хоть и деньги платят.

#### Кровотечение

Если у вас кровотечение, то это значит, что радость уходит из вашей жизни. Из какой сферы жизни уходит радость? Остановите истечение радости, избавившись от пагубных мыслей и эмоций.

Ко мне на прием часто приходят женщины с маточными кровотечениями. У каждой те или иные проблемы с мужчинами. Старые обиды, недоверие, ненависть, по- давленный гнев вытесняют радость из жизни.

Вот недавно на прием пришла женщина с маточным кровотечением. Ей еще вдобавок поставили диагноз «миома матки» и предложили выскабливание.

Выяснилось, что незадолго до этого у нее с мужем произошла серьезная размолвка. Ее муж попытался ей изменить. У него ничего не получилось, но у женщины осталась на него очень сильная обида, которую она постоянно прокручивала в голове.

После того как мы с ней проделали определенную подсознательную работу, кровотечение остановилось, я еще через некоторое время УЗН показало, что опухоль рассосалась полностью.

## ЛИМФА

Лимфатическая система очень тесно связана с кровью, поэтому заболевание лимфатической системы – это предупреждение о том, что следует переориентироваться на самое главное в жизни: любовь и радость.

Это заболевание чаще встречается у детей. Оно сигнализирует о том, что из жизни ребенка и родителей уходят любовь и радость.

Мой знакомый обратился ко мне, чтобы я помог его сыну, у которого начался мононуклеоз. Причина болезни ребенка скрывалась в его родителях. У знакомого были очень непростые отношения с женой и со своей матерью. Его мать никак не могла принять жену своего сына, так как она была другой национальности. И он сам не принимал определенное поведение своей жены и отношения между ней и матерью. Таким образом, накопившееся раздражение, обиды, гнев родителей отразились на здоровье ребенка.

## ЛЕГКИЕ

Легкие олицетворяют способность брать и давать. Проблемы с легкими возникают из-за нашего нежелания или страха жить полной жизнью, «дышать полной грудью». Что-то мешает вам брать от жизни все, что необходимо. Какие-то ваши мысли и эмоции буквально «давят на грудь» и не дают вздохнуть свободно. Пневмония, туберкулез, рак, пневмосклероз – это лишь разные проявления скрытого подсознательного нежелания жить в этом мире.

### Пневмония

К воспалению легких приводит отчаяние, усталость т жизни. В вашей душе растут эмоциональные раны, и им не дают залечиться.

Ко мне на прием пришла молодая женщина с осложнениями после пневмонии.

– Светлана, – попросил я ее, – обратитесь сейчас внутрь себя и спросите свой подсознательный разум: «Какие недавние события в моей жизни привели меня к болезни?»

Женщина на некоторое время закрывает глаза. – Я знаю ответ, – говорит она озабоченно. – Я уже догадывалась об этом раньше, но сейчас все прояснилось окончательно. Понимаете, я считаю, что муж должен уметь зарабатывать деньги и обеспечивать свою семью.

Поэтому я всегда искала такого мужчину. И вот несколько месяцев назад такой мужчина появился в моей жизни. Мы стали жить вместе. У него большой дом, хозяйство, машина. В первое время у меня даже голова шла кругом от такого богатства. А теперь я не могу свободно вздохнуть в этом доме. Наши отношения официально не оформлены, и хозяйкой я себя не чувствую.

– Что же вам мешает чувствовать себя хозяйкой? – спросил я ее.

– Мне кажется, он чувствует, что на первом месте в наших отношениях стоят деньги, а не любовь. А я все время пытаюсь ему доказать обратное. Для этого мне приходится самой много работать и зарабатывать приличные деньги, чтобы показать ему свою материальную независимость. Я устала от этого, и силы мои на исходе.

#### Бронхит

По сути, бронхит – это отражение невысказанного гнева и претензий.

В семье очень нервная атмосфера, нет мира и гармонии. Споры, ругань, крики. Редкое затишье. В таких случаях дети являются очень чуткими индикаторами атмосферы в семье. Они тут же реагируют заболеваниями верхних дыхательных путей.

Один мужчина приехал ко мне на прием со своим 5-летним сыном. У ребенка каждый месяц воспаления верхних дыхательных путей: бронхиты, кашель.

– С кем вы живете? – спрашиваю его.

– Кроме меня, жены и ребенка, с нами еще живет моя мать.

– А какие у вас отношения с вашей матерью, какая атмосфера в семье?

– Ужасные! – отвечает мужчина. – Она постоянно чем-то недовольна. Недовольна тем, что я сейчас не работаю, а работает жена. Считает, что мы неправильно воспитываем своего ребенка. У нас, особенно у меня, с ней постоянные конфликты. Затишье наступает только тогда, когда ребенок заболевает. Вот тогда мы все объединяемся вокруг больного ребенка.

– Получается, что болезнь ребенка помогает вам хотя бы на некоторое время достичь перемирия? – спрашиваю его.

– Получается так. А ведь вы совершенно правы, – отвечает мужчина. – Я об этом никогда так не думал.

– Вот когда научитесь находить общий язык со своей матерью, тогда болезнь будет не нужна.

– Но разве сама мать не должна меняться? – недоумевает он.

– Должна, – отвечаю я. – Но передо мной сейчас находитесь вы, а не ваша мать. Изменитесь вы – изменится она.

– Да, это будет трудно сделать, – вздыхает мужчина, – но я постараюсь.

– Постарайтесь, – говорю я. – Ведь от ваших усилий зависит здоровье вашего ребенка.

Через три месяца я встретил жену этого мужчины, она работала секретарем вместе с моим знакомым.

– Вы знаете, – сказала она, – с тех пор как мой муж побывал у вас на приеме, сын ни разу не болел, и в семье теперь мир и спокойствие. Мы вам очень благодарны.

#### Кашель

Это желание рявкнуть на весь мир и заявить о себе: 'Посмотрите на меня! Послушайте меня!'» В таком случае научитесь выражать свои чувства, не подавляйте в себе эмоции. Смело говорите то, что вы думаете.

В некоторых случаях кашель выполняет функцию своеобразного тормоза. Если вы осуждаете поведение людей, высказываете вслух недовольство и критику, то кашель «помогает» вам сохранить хорошие отношения с другими людьми и научиться выражать вслух только одобрение.

У Татьяны была напряженная рабочая неделя, и в выходные дни она решила отдохнуть и насладиться уединением. В субботу утром Татьяна стала собирать вещи, необходимые для поездки на дачу. Каково же было ее удивление, когда ее муж сообщил ей о том, что к ним на дачу приедут гости на два дня.

– Сергей, но почему ты раньше мне не сказал?

– А ты и не спрашивала, – ответил муж.

– Но ты же знаешь, что мне не нравятся эти люди!

– А мне они нужны для работы.

На этом разговор закончился, но невысказанные претензии к мужу у жены остались. Дальше – больше. Когда на даче встретились хозяева и гости, то Татьяну стало раздражать буквально все: и

внешний вид гостей, и темы разговоров, и шашлыки, приготовленные по другому рецепту. Женщина все время мысленно осуждала гостей. Вскоре у нее появилось першение в горле. Она не обратила на это внимания. К тому же положение хозяйки обязывало быть радужной и гостеприимной. Татьяна уже не могла сдержать эмоций, но и отношения с мужем она портить не хотела. В результате у нее появился сильный кашель, и она на правах больной устранилась от общества и наконец-то смогла «насладиться» одиночеством.

#### Приступы удушья

Сильный страх перед жизнью, недоверие к жизни приводит к спазму дыхательных путей.

Ко мне на прием пришел мужчина, у которого уже несколько лет периодически возникали приступы удушьям.

– Доктор, – говорит он мне, – раньше эти приступы были редкими, а после Нового года стали по несколько раз в день. Они сопровождаются дрожью, онемением левой стороны тела, страхом.

Мужчина с моей помощью установил контакт с подсознанием и задал вопрос: «Были ли в моей жизни какие-то события, которые послужили причиной для появления удушья?»

Судя по его выражению лица, он начал получать какую-то информацию от своего подсознательного разума и через некоторое время сообщил мне следующее:

– Три года назад я занялся коммерцией и вложил большую сумму денег в одно предприятие. Вот сразу после этого у меня и начались приступы.

– Какие же ваши мысли, переживания и эмоции тогда послужили причиной? – спросил я его.

– Страх и беспокойство! – ответил он. – Я тогда боялся потерять эти деньги. Правда, все закончилось благополучно для меня. Затем я с семьей переехал в Крым. Какое-то время мне было очень хорошо. Приступы прекратились полностью. Наверное, смена климата, да и ситуации. Здесь я тоже занялся коммерцией. И вот прошлой осенью все снова повторилось. А причиной послужила опять же ситуация с деньгами. Но на этот раз я потерял большую сумму денег.

– Какие же чувства и эмоции на этот раз вы испытывали? – спросил я его.

– Ну что еще может испытывать человек в подобной ситуации? Обиду, злость, гнев, раздражение. И вот после этого приступы стали практически каждый день, а с января даже по несколько раз на день. Мне мои знакомые посоветовали отдохнуть, но деньги заканчиваются, семью кормить нужно. В Москве мне предложили работу, но как я туда поеду в таком состоянии?

– Да, в таком состоянии вам противопоказано заниматься вообще какой-либо работой, а тем более связанной с деньгами. Вам нужно срочно менять свое отношение к деньгам.

– Но как это сделать?

– Вот смотрите. У человека уже есть жилье, машина, видеомонитор, телевизор, телефон, другие материальные блага, а он стремится приобрести еще и еще, забывая о других сферах жизни. Получается жизнь ради денег и ради накопления материальных благ. Но это не может и не должно быть целью всей жизни. Ведь человек не сможет забрать это все в могилу.

– Вы правы, – соглашается мужчина.

– Представьте обжору, – продолжаю я. – Еда для него перестает быть просто средством для восполнения энергетических затрат. Он использует ее для чего-то другого. И если еды нет, то он начинает злиться, раздражаться, беспокоиться. Организм набирает запасы впрок в виде жировых отложений. Но с каждым лишним килограммом человеку становится все тяжелее и тяжелее. И вот, наконец, то, что он сделал целью в жизни, приносит ему страдания и болезни, а затем и смерть. То есть то, за что он зацепился, убивает его. У вас ситуация такая же. Вы сделали деньги целью в жизни, а к деньгам нужно относиться как к средству.

– Но не стану ли я равнодушным к деньгам? – спрашивает пациент. – Перестану стремиться их заработать.

А ведь у меня семья, которую надо кормить.

– Если человек к деньгам относится как к средству, а не как к цели, то Бог дает ему денег столько, сколько нужно для осуществления его намерений. Какие приятные ощущения дают вам деньги?

– Спокойствие, прежде всего, и стабильность.

– Значит, чем спокойнее вы будете в отношении денег, тем больше денег вы притянете в свою жизнь.

А пока беспокойство, страх и злость, связанные с деньгами, не только привели к потере денег, но и начали забирать ваше здоровье. Вам нужно понять, что не деньги явились причиной ваших проблем со здоровьем, а ваше отношение к деньгам.

– Доктор, я все понял. А как же мне быть с предложением поработать в Москве?

– Конечно, соглашаться, ведь семью-то кормить надо. Но перед этим обязательно поработайте над собой. Пересмотрите все ситуации в вашей жизни, которые были связаны с деньгами, и пройдите их многократно заново, с новыми чувствами: спокойствием, благодарностью и радостью. Мысленно благодарите Бога, Вселенную, свое подсознание за те ситуации, в которых вас ущемляли в деньгах, обманывали, обижали, где вы теряли деньги. Благодарите тех людей, которые своим безнравственным поведением учили вас правильному отношению к деньгам. Теперь от того, насколько и как быстро вы измените свое мировоззрение, зависит количество денег в вашей жизни и ваше здоровье. До отъезда в Москву у вас еще есть время.

#### Астма

Как правило, астматики в жизни совсем не плачут. Такие люди сдерживают слезы, рыдания. Астма – это подавленный всхлип, и часто его источником является какой-то детский конфликт, связанный с матерью; например, так и не осуществленное желание ребенка признаться матери в каком-то своем проступке.

Я заметил, что астматики – это люди, которые очень сильно зависят от матери. Эта связь прослеживалась мной практически в каждом случае астмы.

Астма – это попытка выразить то, что никаким другим путем выразить невозможно. Вы подавляете в себе определенные эмоции. У вас нет эмоционального самоконтроля.

Давайте проследим, как ведет себя астматик во время приступа. Он не может дышать сам. Ему нужна какая-то посторонняя помощь. Он убежден в том, что не имеет права дышать (а значит, жить) самостоятельно. Есть сильная зависимость от внешних факторов (в детстве – это сильная зависимость от родителей, чаще от матери). Такие люди не способны дышать для собственного блага, наслаждаться жизнью.

Астма у детей – это боязнь жизни. Сильный подсознательный страх. Нежелание быть здесь и сейчас. У таких детей, как правило, сильно развито чувство совести – они за все принимают вину на себя.

Ко мне на прием, как к врачу-гомеопату, пришла женщина со своим сыном, у которого периодически были приступы астмы. Назначенное мной гомеопатическое лечение дало очень хорошие результаты, но болезнь полностью не ушла.

Сразу на первом сеансе я про себя отметил, что причины болезни сына скрыты в поведении его матери. Это была одна из тех женщин, которые контролируют своих детей во всем. Своей такой «заботой» они буквально не дают им «свободно вздохнуть». Дальнейшее исследование подсознательной программы поведения матери показало, что к болезни сына привели постоянные страхи – страхи в отношении жизни, себя, своего сына. Эти страхи она унаследовала от своей матери, которая боялась буквально всего.

В процессе беседы женщина неоднократно использовала такие фразы: «Задыхаюсь от жизни», «Несусь куда-то и не могу остановиться и сделать передышку».

Замечено, что состояние астматиков улучшается в горах или на море. Находясь в горах, они чувствуют себя выше, около моря – чище. Такие природные условия помогают им справиться с их внутренней нечистотой, которая обусловлена «грязными» мыслями.

#### Туберкулез

В первую очередь к туберкулезу приводят такие эмоции, как депрессия и печаль, уныние и тоска. Они появляются из-за того, что в подсознании за многие годы накопилась агрессия на мир и людей, на жизнь и судьбу, и эта агрессия не дает жить и дышать полной грудью.

Такие люди не хотят или не могут воспринимать жизнь. Они не живут полной, полноценной жизнью. Какой совет дают врачи туберкулезникам в первую очередь? Дышать свежим и чистым воздухом и хорошо питаться, то есть полноценно.

– У моего отца недавно обнаружили кавернозный туберкулез легких, – рассказывает мне одна моя пациентка. – Как вы думаете, в чем причина?

– Как часто в жизни вашего отца возникали депрессии, мысли о несправедливости этого мира? – спрашиваю я.

– Постоянно. Дело в том, что мой отец очень талантливый человек. У него много изобретений, рационализаторских предложений. И

я часто слышала от него, что он устал бороться с тупостью чиновников. Он часто критикует правительство, нашу государственную систему.

Обвиняет других в том, что они мешают ему реализоваться в жизни, создают препятствия.

– Вот в этом и есть причина его болезни. С одной стороны – гнев и ненависть по отношению к системе, а с другой – обиды на жизнь, судьбу и нежелание жить в этом несправедливом, как он думает, мире.

Я заметил, что туберкулезу подвержены люди, у которых сильно развито чувство собственности. Именно когда у них забирают то, к чему они сильно привязались, возникает нежелание жить. Тут же встает вопрос о смысле жизни.

– Посоветуй, что мне делать с моими родителями, – обращается ко мне за помощью знакомая. – Год назад я вышла замуж и уехала в другой город. Через некоторое время после этого у отца обнаружили затемнение в легких, и не знают, то ли это рак, то ли туберкулез, а мать стала быстро набирать вес.

– Все дело в том, – объясняю ей, – что, когда ты покинула отчий дом, у твоих родителей возникла эмоциональная пустота, потому что ты была их единственной радостью и смыслом жизни. Твоя мать решила заполнить эту пустоту едой и потому стала поправляться, а у отца накопилось много обид на жизнь и судьбу. И эта ситуация стала толчком для болезни легких.

– Да, ты прав, – соглашается знакомая. – У родителей не было любви друг к другу. И они неоднократно говорили о том, что живут вместе только ради ребенка.

## ГОРЛО

Символизирует нашу способность постоять за себя, попросить то, что мы хотим. Состояние горла отражает состояние наших взаимоотношений с людьми. Если у вас прекрасные отношения с близкими, то горло всегда будет здоровым.

Горло – это тот участок организма, где сосредоточена наша творческая энергия. Через него проходит канал экспрессивности и творчества. С этой областью связано самовыражение человека.

Кроме того, через горло мы начинаем такой процесс, как принятие и усвоение. Не только пищи, но и вещей, идей, людей. Поэтому,

если мы чего-то не принимаем в своей жизни, это тут же отразится на нашем горле.

Проблемы с горлом могут выражаться в виде воспаления, ангины, заикания, охриплости, затруднений глотания, заболеваний щитовидной железы.

Больное горло, ангина, фарингит, ларингит

Если вы сдерживаетесь от высказывания грубых слов, «проглатываете», подавляете в себе свой гнев и другие эмоции или боитесь выразить вслух то, что думаете, то ваше горло тут же отреагирует на это воспалением. Болезнь в таком случае – это своего рода препятствие перед высказыванием запретного.

Люди с больным горлом не могут выразить себя, свое отношение, постоять за себя, попросить то, что хотят. Они сами создают внутри себя разные препятствия, а потом страдают от этого.

– Хочу сказать, но не могу, – заявил мне один пациент, у которого были частые воспаления горла.

– А почему не можете? Что вам мешает высказаться? – спросил я его.

– Не знаю. Наверное, считаю неприличным выражать вслух то, что думаю. Если я начну высказывать все, что у меня на душе, то люди меня не так поймут.

– Что значит «не так поймут»? – спросил я его. – Вы боитесь показать им истинное лицо?

– Да, вы правы, – отвечает пациент. Судя по его выражению лица, он никогда раньше так не думал и только что это осознал.

– Хорошо, вспомните, как ребенок просит что-либо для себя, как он заявляет о себе – слышат все соседи. И он не считает это плохим. Его разум пока свободен от разных условностей. Начните и вы выражать вслух все, что думаете. Поймите, что каждый человек-уникальная личность, индивидуальность, и вы в том числе. Нет людей выше и ниже, хуже и лучше. Каждый занимает свое уникальное место во Вселенной. Ваше мнение так же ценно, как и мнение любого другого человека. И постепенно, наблюдая за реакцией окружающих людей, найдите свое истинное лицо. Приведите в соответствие внешнее и внутреннее.

Я обнаружил, что есть другая важная причина – ощущение собственной неполноценности. Все комплексы неполноценности обязательно проходят через горло, так как человек при этом постоянно ругает себя, выражает недовольство собой: внешностью, действиями. И подсознательный разум вынужден вызвать болезнь, чтобы защитить нас от нас же самих. По этому же принципу подсознание действует и тогда, когда мы ругаем и критикуем других.

Ком в горле

Сильный подсознательный страх мешает высказаться. Чувства и слова «комом» встают в горле. Это ощущение знакомо многим, кто испытывал сильный страх.

## НОС

Символизирует чувство собственного достоинства, признание себя как личности, своей уникальности и ценности.

Вспомним некоторые расхожие выражения: «Высоко задрать нос», «Не суй свой нос...», «Комар носа не подточит».

Чтобы лучше понять эту тему, советую прочитать прекрасные произведения «Сирано де Бержерак» Ростана и «Нос» Гоголя.

Заложенный нос

Заложенный нос – это непризнание собственной ценности.

У мужчины постоянно был заложен нос, то одна ноздря, то другая. Обращаясь к подсознанию, мы выяснили причину болезни – это сомнения в своей мужественности. Сомнения эти зародились еще в школе, после неудачной драки со сверстниками. Именно тогда он начал сомневаться в своей мужественности, и с тех пор появились проблемы с носом.

Выделения из носа – это подсознательные слезы или внутренний плач. Подсознание пытается таким образом вывести наружу глубоко подавленные чувства: чаще горя и жалости, разочарования и сожаления о несбывшихся планах, мечтах.

Аллергический насморк свидетельствует о полном отсутствии эмоционального самоконтроля. Это происходит, как правило, после сильных эмоциональных потрясений.

Например, у одного мужчины появился аллергический насморк после разрыва отношений с девушкой. Она не дождалась его из армии, и он очень сильно сожалел об этом.

– Я после этого случая вообще разочаровался в женщинах, – признался он мне.

Другой случай. У женщины начались выделения из носа спустя некоторое время после смерти мужа.

– Я до сих пор не могу поверить в это, – говорила она. – Почему это произошло именно с ним? У меня сейчас есть муж, но я по-прежнему сожалею о прошлом.

Иногда насморк – это своеобразная просьба о помощи. Так часто заявляют о своей беспомощности дети. Они не ощущают своей силы и ценности.

Ко мне на прием пришли родители с 9-летним сыном.

– У сына очень часто сопли, – начал объяснять отец, – практически каждый месяц. Мы, да и он сам, уже замучились.

Из дальнейшей беседы выяснилось, что отец ребенка – человек очень жесткий. В воспитании сына он часто применял силу и угрозы. А мать жалела сына, да и сама порой чувствовала себя жертвой по отношению к мужу.

#### Аденоиды

Это заболевание встречается у детей и характеризуется разрастанием лимфоидной ткани в полости носа. Это затрудняет дыхание через нос.

Главная причина – постоянные трения и споры в семье, частые ссоры. Недовольство то одним, то другим, раздражение. Родители не

могут, а точнее, не хотят прийти к согласию по каким-то общим вопросам в семье. Это могут быть как отношения между собой, так и отношения с бабушками и дедушками ребенка.

Подсознательно у ребенка появляется чувство, что он нежеланный. Это ощущение передается от одного из родителей. Ребенок очень чутко реагирует на неопределенность и разочарование в жизни родителей, отсутствие самовыражения и признания собственной ценности. Во взаимоотношениях между родителями нет самого главного – любви. У меня на приеме в течение нескольких лет побывали уже сотни детей с данной проблемой. И во всех случаях в семье наблюдался дефицит любви.

– Я сомневаюсь в любви моей жены ко мне, – рассказывал мужчина, который пришел ко мне на прием со своим сыном. – Она никогда не скажет мне ласкового слова, не похвалит. Я уже начинаю ревновать.

Врачи в таких случаях предлагают только операцию.

Хотя ясно понимают, что операция – это не лечение.

Болезнь как была внутри, так и осталась. И железы потом снова увеличиваются. Я убедился на практике, что правильный подбор гомеопатических средств и изменение атмосферы в семье дают быстрое и стопроцентное излечение.

Как только устанавливаются любовь, мир и спокойствие в семье, ребенок начинает свободно дышать носом.

Одна моя пациентка, у сына которой уже удаляли аденоиды, призналась:

– Я думаю, что я в доме только для того, чтобы убирать, стирать и готовить. Мы с мужем мало видимся, он и я все время на работе. Все наше совместное время уходит на ссоры и выяснение отношений. Я не чувствую себя желанной женщиной.

– А мужа вы любите? – спрашиваю ее.

– Не знаю, – отвечает она как-то отрешенно.

Другая моя пациентка, у сына которой аденоиды уже давно, рассказала мне о своих отношениях с мужем.

– Когда я выходила за него замуж, то у меня не было к нему особой любви. Я знала, что он будет прекрасный семьянин, что будет прекрасным отцом для детей.

– Ну и как? – спрашиваю ее. – Он оправдал ваши надежды?

– Да, он прекрасный человек, муж и отец. Но вот нет у меня любви к нему. Понимаете? Нет того чувства, о котором так много писали и

пишут. Хотя я понимаю, что это должно быть в жизни на первом месте. Но ведь он не тот мужчина, которого я могу полюбить.

А разрушать семью и искать другого мужчину я не хочу.

– А я вам этого и не советую. Понимаете, – говорю я, – дело здесь не в том, тот это или не тот мужчина. А все дело в вас. В том запасе любви, который есть у вас в душе. Начните развивать в себе это чувство.

Меняйте отношение к себе, к мужчинам и к окружающему миру.

– Но ведь мой муж каким был, таким и останется.

– Как знать. Помните, я вам говорил, что внешнее отражает внутреннее. Ваш муж, как мужчина, отражает вас, как женщину. То есть это ваше отражение, только другого пола. Его не только не нужно менять, но и нельзя. Начните менять себя, развивайте любовь к себе, к мужскому началу Вселенной и к окружающему миру. И тогда ваш муж обязательно изменится. Он станет именно тем единственным мужчиной в вашей жизни, о котором вы читали в романах.

#### Носовое кровотечение

Вы помните, что кровь олицетворяет радость, и когда у вас возникает такое ощущение, что вас не любят и не признают, то радость уходит из жизни. Носовое кровотечение – это своеобразный способ, с помощью которого человек выражает потребность в признании и любви.

Однажды у моего сына пошла из носа кровь. Я обратился внутрь себя и спросил: «На какое мое поведение сын отреагировал носовым кровотечением?» Ответ от подсознания пришел незамедлительно: «Ты мало уделяешь ему любви и внимания!» Это было правдой. В то время я много сил и внимания отдавал работе и решению личных проблем и мало времени оставлял на общение с сыном. Я пересмотрел свое отношение к сыну, и кровотечения больше не повторялись.

## ОРГАНЫ ПИЩЕВАРЕНИЯ

Любой простейший организм имеет так называемую кишечную трубку. Через нее поступают необходимые вещества и

выбрасываются ненужные продукты обмена. Но вместе с пищей в организм поступает информация об окружающем мире.

Органы пищеварения человека филогенетически сохранили на глубоком уровне потребность воспринимать вместе с пищей информацию. Поэтому наша способность воспринимать и переваривать определенные знания, поступающие извне, и вовремя освобождаться от ненужных проблем и эмоций будет отражаться на состоянии здоровья органов пищеварения.

## РОТ

Символизирует восприятие новых идей, мыслей.

Понаблюдайте за маленьким ребенком, с чего он начинает познание окружающего мира. Он пробует Вселенную на вкус.

Проблемы со ртом отражают неспособность к восприятию новых идей и мыслей.

Ранки на губах и в полости рта, стоматит, герпес

Заболевание полости рта свидетельствует, что вы предвзято относитесь к кому-то. У вас в подсознании скрыты «ядовитые» и «язвительные» слова, обвинения, и ваши губы сдерживают их. Или в подсознании на-: копились горькие и гневные мысли, которые остаются невысказанными.

Сидит болезнь в теле и ждет, Когда тебя злость разберет. Или, когда тоска душу гложет, Опять она появиться может. И ждет не дождется, Когда тебя горе ломает, – Вот тогда она наружу выползает.

Запах изо рта

Ваши «грязные» мысли и чувства, ваше прошлое настолько устарели, что уже «завонялись». Пора внести что-то новое и свежее в свою жизнь.

Ко мне на прием пришел молодой парень. Он держал около рта платочек.

– Доктор, – сказал он, – год назад у меня появился неприятный запах изо рта. Не знаю, с чем это связано.

Может быть, от воспаления в носоглотке? Но врачи меня обследовали – ничего не находят. А я чувствую, что там что-то не так.

Из общения с подсознанием выяснилось, что причиной проблемы послужила одна неприятная ситуация, которая произошла как раз год назад. М вот уже в течение года парень вынашивает в себе гнев и желание отомстить.

Я сумел убедить его пересмотреть свое отношение к прошлому и извлечь из него позитивный урок.

– Поменяйте свои протухшие старые мысли, которые мешали вам жить все это время, на новые, свежие, которые принесут в ваш мир только приятные переживания, – сказал я ему.

## **ЯЗЫК**

Именно с помощью языка мы познаем вкус. На нем есть рецепторы, реагирующие на кислое, горькое и сладкое. Так и в жизни есть удовольствия, огорчения, пикантные случаи. Проблемы с языком означают, что мы теряем вкус к жизни. Наши негативные эмоции и чувства «покрывают толстым налетом» нашу способность воспринимать жизнь, мешают нам с радостью вкушать удовольствия жизни.

## **ЖЕЛУДОК**

Вместилище пищи. Символизирует способность перерабатывать, переваривать и усваивать какие-либо идеи и ситуации. Поэтому, когда у нас проблемы с желудком, это означает, что мы не знаем, как ассимилировать жизнь. Нам становится страшно перед чем-то новым. Мы неспособны усваивать какие-либо события.

Страх, тревога и беспокойство, неприязнь и раздражение тут же отражаются на желудке.

Часто это страх перед чем-то новым в жизни. Затянувшаяся неопределенность, чувство обреченности, боязнь принять новое и неумение его переварить и усвоить отражаются на желудке. Люди с больным желудком переполнены разными страхами, большими и мелкими. Страх приводит к спазму, а спазм – к боли и язве.

У вас есть чувство, что вы недостаточно хороши или полноценны. Вы убеждены в своей ущербности. Вы боитесь, что недостаточно хороши для своих родителей, начальства, близких. Вы буквально не можете переварить того, что сами собой представляете. Вы то и дело стараетесь угодить другим и при этом забываете о себе. Как заявил мне один пациент с язвой двенадцатиперстной кишки: «Я постоянно занимаюсь самоедством».

Подвержены этому заболеванию в основном мужчины, так как они тяжело переносят удары по их мужественности, по их самолюбию. У таких людей «уязвленное» самолюбие. Они худошавы, деятельны, раздражительны. Им постоянно нужно кому-то что-то доказывать: самим себе, близким в семье, на работе. Постоянно нужно контролировать себя и других людей. Такие люди стремятся к обладанию властью, хотят быть все время лучше и при этом боятся оказаться не на высоте. Они боятся, что не успеют вовремя.

Неприятие и неприязнь к чему-либо в этом мире, чувство брезгливости также приводят к язве. Ведь, отрицая что-либо в этом мире, вы отрекаетесь от какой-то части самого себя. С другой стороны – гнев, обиды, злость и безысходность. Кажется, что жизнь утратила свою притягательность. У вас есть всевозможные препятствия, чтобы полностью наслаждаться жизнью. И все эти препятствия заключены не в окружающем мире, а в вас самих.

– Я не «перевариваю» этих уродов, с которыми мне приходится общаться на работе, – заявил мне пациент, у которого были проблемы с желудком. – Я не выношу их лицемерия, лести и жадности, – продолжал он.

Когда он говорил это, то находился в состоянии легкого транса, и когда вышел из него, то не помнил о своих словах.

Самое лучшее лекарство в таких случаях – любовь и спокойствие. Люди, которые любят и уважают себя и окружающий мир, не имеют язв. Научитесь принимать себя таким, какой вы есть. Научитесь принимать окружающий мир – ведь это ваш мир.

У одного моего приятеля обострился гастрит. Я давно предлагал ему свою помощь, но он не верил в то, что болезнь можно вылечить, поработав с подсознанием. Он доверял только таблеткам. Но боли были невыносимы, лекарства помогали мало. Наконец он решился и пришел ко мне домой.

Мы быстро установили контакт с подсознанием. Оказалось, что воспаление желудка – это отражение таких стереотипов его поведения, как неприязнь, брезгливость и разного рода страхи.

– Я ненавижу и презираю этот город с его грязными улицами, с его мусором, – говорил он мне, выражая всем своим существом презрение. – Я ненавижу непорядочность и лесть, стяжательство и хамство. Самое большое наслаждение для меня – это лежать в постели с чистым накрахмаленным бельем и чтобы рядом была чистая и красивая женщина. А на столе – вкусная и качественная еда. В таком состоянии я могу находиться вечно.

После выяснения позитивных подсознательных намерений мы создали новые способы поведения. И уже к концу нашей беседы острые боли практически полностью исчезли.

#### Тошнота, рвота

Тошнота и рвота на языке подсознания означают, что есть что-то (кто-то) в вашей жизни, что (кого) вы не принимаете и не перевариваете и от чего (кого) вы освободиться.

А вы никогда не задумывались, почему у многих беременных женщин бывает токсикоз? Потому что они не принимают свою беременность и рождение ребенка.

Вы испытываете сильную неприязнь и непримиримость. Ваш подсознательный разум отказывается принять какую-то ситуацию.

– Меня тошнит от его прикосновений, – рассказывает мне моя пациентка о своем муже. – Особенно когда он хочет переспать со мной. Как представляю, так меня всю выворачивает.

Эта женщина страдала язвенной болезнью, и у нее часто была рвота.

Всевозможные подсознательные страхи – это еще одна причина тошноты. Отыщите в себе эти страхи и освободитесь от них.

Научитесь легко усваивать жизнь, принимать любую ситуацию в своей жизни как позитивный урок. Научитесь усваивать и

ассимилировать все новые идеи. Тогда ваш желудок будет всегда прекрасно работать.

Морская болезнь (укачивание в транспорте)

Для некоторых путешествие на самолете, в автомобиле и морем сопровождается тошнотой, рвотой и слабостью. Причиной такого состояния в первую очередь служат подсознательные страхи. Ведь приходится покидать привычное и безопасное место. Возникает страх перед неизвестным. Нужно будет переработать и переварить новые впечатления. А это не всегда бывает так просто.

Во-вторых, во время путешествия необходимо довериться тому человеку, который за рулем или за штурвалом. Кстати, а вы замечали такую особенность? Тот, кто находится за рулем, не страдает от этой болезни. Потому что он владеет ситуацией. По этой же причине не укачивает в поездах, так как они движутся по строго установленному маршруту и не могут свернуть. Кроме того, бытует мнение, что это наиболее безопасный вид транспорта.

Чтобы справиться с этой проблемой, научитесь доверять. Доверять свою жизнь тому, кто за рулем. Но прежде всего – себе самому. Расслабьтесь и позвольте событиям течь своим чередом. Просто наслаждайтесь новыми впечатлениями. Ведь путешествуете вы в своем мире. И в путешествии вы узнаете новое прежде всего о самом себе. Когда вы поймете это, все страхи пройдут и появится любопытство.

## ПЕЧЕНЬ

Этоместилище вспыльчивости, гнева и ярости. Еще со времен Гиппократы и Аристотеля выделяют четыре ионических темперамента: холерический, меланхолический, флегматический и сангвинический. Вспыльчивый человек, или холерик, – это человек с желчным темпераментом.

Люди с заболеваниями печени и желчного пузыря подавляют в себе гнев, раздражение и злость на кого-либо. Подавленные эмоции сначала вызывают воспаление желчного пузыря и застой желчи, дискинезию желчных путей, а со временем эти невыраженные горькие чувства откладываются в виде камней. Ведь, как правило, люди

считают дурным тоном выражать свои агрессивные эмоции. Лучше они их будут сдерживать в себе.

Такие люди склонны критиковать себя и других. Люди с больной печенью часто имеют больные суставы, которые ответственны за приведение агрессивных чувств в действие. А это приводит к их воспалению. Они также бывают переполнены горькими мыслями (от этого бывает горечь во рту, особенно утром). Но их гордость мешает им избавиться от старых гневных и горьких мыслей. Они постоянно жалуются и оправдывают собственную придирчивость.

#### Желчекаменная болезнь

Камни в желчном пузыре символизируют накопленные горькие и гневные мысли, а также гордость, которая мешает вам избавиться от них. Камни – это горечь, тяжелые мысли, проклятия, гнев и гордость, накопленные в течение нескольких лет. А колики – это раздражение, нетерпение и недовольство окружающим, достигшие пика. Ведь мы знаем, что мысли материализуются. Вот это и есть материальный субстрат всех этих пагубных мыслей.

Одна моя пациентка, у которой недавно были приступы желчной колики, рассказывала со злостью о своей племяннице:

– Вы представляете? Ей еще и семнадцать не исполнилось, а она со мной грубит, хамит, ведет себя отвратительно. Была бы моя воля, придушила бы.

– А она с вами живет? – спросил я ее.

– Нет, она живет с бабушкой, матерью мужа. Она учится у нас в университете, а родители ее в Хабаровском крае. И она должна присматривать за бабушкой, уже старенькой, ухаживать за ней, чтобы получить квартиру по наследству. Но ничего не делает. И мне приходится идти после работы к матери мужа и все делать самой. А у племянницы только гульки на уме.

– Вы хотите, чтобы ваша племянница изменила свое поведение? – спрашиваю я ее.

– Конечно хочу.

– Но разве она изменится, если вы будете на нее злиться?

– Я знаю, что не изменится. Но я не могу по-другому.

– Не можете или не умеете?

– Скорее не умею.

– А как вы думаете, – спрашиваю я женщину, – что ваша племянница показывает вам своим поведением?

– Только свою невоспитанность, что же еще!

– Скажите, а как вы сами относитесь к своей свекрови?

– Нормально. А как еще я могу к ней относиться?

Старый, больной человек.

– А ведь в прошлом, – говорю я, – у вас с ней было много конфликтов.

– Да, мы много ссорились и ругались. А откуда вы это знаете? – спрашивает она удивленно.

– Я также знаю, что у вас в душе по-прежнему есть обиды на свою свекровь. И теперь вы вынуждены к ней ходить и ухаживать за ней, но делаете это мз чувства долга. Вы как бы «отрабатываете» свою агрессию к ней. А племянница своим поведением показывает вам, как вы сами относитесь к свекрови. Так что не злиться нужно на нее, а благодарить. Она прекрасный урок преподносит вам.

– Да, доктор, пожалуй, вы правы.

Пациентка о чем-то задумывается.

– Я думаю, – продолжаю я, – что, как только вы измените свое отношение к свекрови, у вас тут же наладятся отношения и с племянницей.

В настоящее время существует множество способов активной очистки печени и кишечника с помощью голодания, диет, клизм. Они действительно эффективны, но действие их кратковременно, так как не устраняется причина. Ведь клизмой не изменишь характер.

Я знаю из своей практики, что применение гомеопатических средств и освобождение от старых мыслей растворяют камни и очищают печень и желчный пузырь навсегда. Я был свидетелем, как после чистки подсознания от агрессивных мыслей у людей исчезали бесследно довольно крупные камни.

## **ПОДЖЕЛУДОЧНАЯ ЖЕЛЕЗА**

Символизирует «сладость» жизни, умение радоваться и наслаждаться жизнью.

Острое неприятие человека, событий и ситуаций может привести к воспалению поджелудочной железы, человек в таких случаях испытывает гнев и безысходность, и ему кажется, что жизнь утратила свою притягательность.

Я вспоминаю один случай. Я тогда окончил пятый курс института и проходил практику в больнице. В палату, которую я вел, поступил мужчина с острым панкреатитом. Я стал собирать анамнез для истории болезни и выяснил, что приступ боли появился спустя несколько дней после разрыва отношений с одним человеком.

– Вы знаете, – сказал он мне со злостью, – я был готов буквально убить его. После того, что он вытворил, я окончательно потерял веру в людей.

#### Диабет

Есть две разновидности сахарного диабета. В обоих случаях в крови повышен уровень сахара, но в одном случае в организм необходимо вводить инсулин, так как клетки железы его не вырабатывают, а в другом – достаточно применять только сахаропонижающие средства. Интересно, что вторая разновидность диабета чаще возникает у пожилых людей и связана с явлениями атеросклероза. Именно к старости люди накапливают массу неприятных эмоций: горе, тоска, обиды на жизнь, на людей. Постепенно у них формируется подсознательное и сознательное ощущение, что в жизни не осталось ничего приятного, «сладкого». Такие люди ощущают сильный дефицит радости.

Диабетики не могут есть сладкое. Их организм говорит им буквально следующее: «Ты сможешь получать сладкое извне только в том случае, если сделаешь свою жизнь «сладкой». Научись наслаждаться. Выбирай в жизни только самое приятное для себя. Сделай так, чтобы все в этом мире приносило тебе радость и наслаждение».

У одной моей пациентки был уровень сахара около единиц. Таблетки и диета снижали его, но незначительно. После того как она поработала со своим подсознанием и очистилась от негативных

мыслей и переживаний, уровень сахара снизился до нормы и больше не поднимался.

Диабет страшен своими осложнениями: глаукома, катаракта, склероз, сужение сосудов конечностей, особенно ног. Именно от этих осложнений больной и умирает. Но если вы посмотрите в этой книге причины всех этих страданий, то обнаружите одну закономерность: в основе этих заболеваний – дефицит радости.

– Доктор, но как я могу радоваться жизни, если она такая паршивая и тяжелая. Когда кругом творятся такие безобразия, – это я часто слышу от своих пациентов. Вот и сейчас на приеме сидит пожилой мужчина-пенсионер и высказывает свои претензии к жизни, людям, правительству.

– В таких случаях, – отвечаю ему, – я всегда говорю людям, что нужно учиться радоваться жизни. Нас учат с детства ходить, говорить, писать, читать, считать. В школе мы изучаем разные законы математики и физики. А вот законы духовной жизни человека нам не преподают. Как принимать жизнь такой, какая она есть, без претензий и обид, – этому нас не учат. Поэтому и вырастаем такими неподготовленными к жизни. Потому и болеем.

## КИШЕЧНИК

Символизирует усвоение новых идей и мыслей, а также способность избавляться от всего старого и ненужного.

### Запор

Задержка кала в кишечнике символизирует нежелание расставаться с устаревшими мыслями. Вы увязли в прошлом. Вы верите в ограничения и нужду и поэтому подсознательно боитесь отказываться от чего-то в жизни, ибо вы не уверены, что затем сможете восполнить эту потерю.

Вы цепляетесь за старые, болезненные воспоминания о прошлом.

Возможно, вы боитесь прекратить отношения, которые вам уже ничего не дадут. Или страшитесь потерять работу, которая вам не нравится. Или не желаете расставаться с вещами, ставшими бесполезными.

Выбросите из дома все ненужные вещи и подготовьте место для новых. И при этом скажите вслух: «Я избавляюсь от старого и расчищаю место для нового!»

Иногда запор отражает скупость и жадность к деньгам.

Вспоминается один интересный случай. Ко мне на прием пришла женщина лет тридцати. Со школьных лет она страдала сильными запорами. Слабительные не помогали. Клизмы она делала редко, только в крайних случаях. С помощью метода подсознательного программирования она избавилась от одного старого и ненужного убеждения. И уже на следующий день кишечник стал работать нормально.

Метеоризм (вздутие живота, газы)

Метеоризм возникает, как правило, когда человек ест слишком «тяжелую» пищу или много разной пищи.

– Вы знаете, доктор, – говорит мне один пациент, – после прочтения вашей книги я стал внимательно наблюдать за своим состоянием и заметил одну особенность. Как только у меня в жизни происходит много разных событий, особенно таких, которые мне тяжело переварить, тут же появляются газы и вздувается живот.

Лучшее средство от метеоризма – спокойствие и последовательность. Ставьте перед собой цели. Активно формируйте события и действуйте. Но не берите на себя слишком много. Не распыляйтесь. И относитесь к жизни легче.

Понос, колит

В нормальных условиях наш организм забирает из пищевого комка, проходящего по тонкому кишечнику, все нужное и полезное. Остальное переходит в толстый кишечник и затем удаляется наружу.

Сильный страх и беспокойство обязательно отражаются на кишечнике. У таких людей присутствует ощущение ненадежности этого мира. Они не готовы принять события из-за страха. Есть даже такое понятие, как «медвежья болезнь», или «наделать в штаны от страха».

Это когда начинается расстройство кишечника перед какими-то важными событиями (например, у студента перед экзаменом).

Недавно ко мне на прием пришла пациентка с очень необычной болезнью. У нее начинался понос каждый раз, когда она выходила из дому. Находясь в квартире, она чувствовала себя прекрасно. Но стоило ей куда-нибудь засобираться, как в животе начинало бурлить. Ко мне она приехала на машине и сразу успокоилась, когда узнала, что в моем кабинете есть туалет.

После установления контакта с подсознанием мы выяснили, что причина такого поноса скрывалась в страхе и беспокойстве за своих детей.

– Вы же знаете, какое сейчас ужасное время, – говорила она мне. – Крутом столько бандитов и преступников. Стоит моим девочкам, а они у меня очень красивы, задержаться после окончания занятий в институте, как я себе места не нахожу. Я бы сидела, как квочка, дома, держала бы детей возле себя и никуда бы не пускала. Вот тогда бы я была спокойна.

После создания новых способов поведения с помощью подсознательного программирования бурление в животе прекратилось. А через месяц пациентка пришла ко мне повторно и сообщила, что за все это время поноса не было ни разу.

## **АНУС, ПРЯМАЯ КИШКА**

Символизируют умение избавляться от накопившихся проблем, эмоций, обид.

Геморрой, абсцесс, свищ, трещины

Проблемы с анусом и прямой кишкой свидетельствуют о том, что у вас затруднено избавление от старого и ненужного в вашей жизни. «Выброс» происходит тяжело и болезненно. Вы испытываете злость, гнев, страх, чувство вины по поводу каких-то прошлых событий. Ваши чувства отягощены неприятными эмоциями. Вы буквально испытываете «боль утраты».

Вспоминается один интересный случай. У меня проходил лечение мужчина, у которого ежедневно были частые позывы освободить кишечник, но при этом из ануса выходило небольшое количество слизи и газов. Ему было тяжело сдерживать эти позывы, и он очень страдал от этого, так как был буквально «привязан» к унитазу.

Я обратил внимание, что проблемы с анусом и кишечником связаны с его предвзятым отношением ко многим вещам в жизни. Кроме того, его речь часто изобиловала такими фразами: «Насрать мне на все это», «Засунуть подальше в задницу».

Избавление от старого должно проходить легко, приятно и безболезненно. Приучите себя к мысли, что ваше тело покидает лишь то, что вам совсем не нужно. Так и в вашей жизни. От вас уходит только то, что мешает и сдерживает ваше саморазвитие. Не цепляйтесь за старое.

Однажды ко мне на прием пришла пациентка с воспалением прямой кишки. Когда мы обратились к подсознанию, чтобы узнать причину заболевания, то получили такой ответ: «Ты засиделась на одном месте. Тебе пора найти новую работу, изменить отношения в семье».

## ПОЧКИ

Символизируют способность освобождаться от того, что может «отравить» нашу жизнь. Почки очищают кровь от шлаков.

### Болезни почек

К заболеванию почек приводит сочетание таких эмоций, как критика и осуждение, гнев и злость, обида и ненависть с сильным разочарованием и чувством неудачи. Таким людям кажется, что они вечные неудачники и все делают неправильно. Они часто испытывают чувство позора.

Страх перед будущим, за свое материальное положение, уныние и нежелание жить в этом мире всегда отражаются на почках.

– Ваша болезнь – это результат нежелания жить в этом мире, – рассказываю я пациентке, совсем еще молодой девушке, страдающей нефритом.

У вас в подсознании огромная программа самоуничтожения.

– Вы знаете, – говорит девушка, – когда я была еще совсем маленькой, заболела бабушка. Так вот, я просила Бога, чтобы он забрал часть моей жизни и отдал бабушке, чтобы мы умерли вместе. Были и еще моменты. Но откуда это у меня?

– Ваша программа самоуничтожения связана с поведением вашей матери во время ее беременности.

Она долго не хотела иметь детей, но когда забеременела, то все же смирилась и родила. А нежелание иметь ребенка – это уже пожелание душе будущего ребенка смерти. Кроме того, у нее есть сильная обида на жизнь. Все это она передала вам в виде мощной программы самоуничтожения. И это отразилось на ваших почках.

У одного мужчины было посттравматическое заболевание правой почки и печени. Периодически возникала боль, почечное кровотечение. Причина болезни – сильная обида, ненависть и месть по отношению к родному брату. Было даже желание убить его. Но поскольку это родной брат, то такая программа пожелания ему смерти очень быстро вернулась обратно к нему и буквально «ударила» по правой почке и печени.

Для того чтобы почки всегда были здоровы, необходимо следить за чистотой своих помыслов. Исключите «, злость из своей жизни. Перестаньте чувствовать себя жертвой.

#### Почечные камни

Камни в почках – это материализованные агрессивные эмоции, которые человек подавлял в себе и накапливал годами. Это сгустки неразрешенного гнева, страхов, чувства разочарования и неудачи. Неприятный осадок от каких-то событий. А почечные колики – это раздражение, нетерпение и недовольство окружающим, достигшие пика.

– Доктор, то, что вы мне рассказываете, – это ерунда. Не могут камни вырасти от моих мыслей и эмоций.

У меня на приеме сидит пожилой мужчина. Пришел он ко мне с палочкой, так как не мог свободно передвигаться из-за сильных болей в левом паху. Год назад у него обнаружили большой камень в левой почке. Врачи предлагали операцию.

– Я считаю, – продолжал он раздраженно, – что они выросли от плохой воды и неправильного питания. А вы мне про какие-то мысли сказки рассказываете.

В течение всей нашей часовой беседы он не давал мне раскрыть рот. Он буквально кипел от гнева. Раздраженно доказывал мне, как тяжела жизнь, какое плохое у нас правительство, какие сволочи эти чиновники, которые получают зарплату вовремя, а вот ему не выплачивают уже в течение трех месяцев, как тяжело ему ухаживать за его больной женой.

В этот день я понял, что не каждый готов к восприятию новой информации. Наверное, нужно было начать лечение с трав и гомеопатии, а потом постепенно внедрять новые мысли, в обход сознания.

Воспаление мочевыводящих путей, уретрит, цистит

Раздражение и злость на противоположный пол или партнера по сексу приводят к воспалению мочевыводящих путей.

Одна моя пациентка жаловалась мне на то, что у нее бывают частые воспаления мочевого пузыря.

– Вы знаете, – рассказывает она мне, – стоит мне охладить ноги, как тут же появляются рези при мочеиспускании. Еще при этом яичники тянет.

Как мы выяснили, причина хронического цистита – это ее раздражение по поводу поведения мужа.

– Я никогда не думала об этом, – удивляется женщина. А ведь похоже на правду. Как только мы разругаемся с мужем – так сразу обострение. И болезнь началась после замужества. А до этого я была совершенно здорова.

Еще я заметил, что тревога и беспокойство также могут повлиять на развитие болезней мочевыводящих путей.

## **ЖЕНСКИЕ БОЛЕЗНИ**

Женские болезни возникают тогда, когда женщина что-то не принимает в себе (внешность, какое-то поведение). Она не хочет или не может ощутить себя настоящей женщиной, любимой и желанной.

Такие женщины всячески подавляют в себе свою женственность, отказываются от самого принципа женственности.

У некоторых женщин к заболеванию приводит убежденность, что все, связанное с гениталиями греховно или нечисто.

Феминистское движение, начатое в конце XIX века, продолжается и сегодня. Оно принесло женщинам много завоеваний, но породило и массу «женских проблем». Ведь очень важно проявить себя в этом мире женщиной, но при этом принимать мужскую энергию. Мужское и женское – это два полюса, две половинки целого. Не зря их притягивает друг к другу. Бог, создавая наш мир, разделил его сразу на мужское и женское начала, на мужскую энергию – ян и женскую энергию – инь. Как только в жизни нарушается равновесие между этими энергиями, это сразу отражается на состоянии половых органов.

Болезни половых органов у женщин – это также результат отрицания и избегания мужчин или результат неудовлетворительных отношений с противоположным полом. Если женщина не умеет дарить и получать физическое и духовное наслаждение при близости с мужчиной, то у нее обязательно есть те или иные проблемы с половыми органами.

Состояние органов малого таза отражает также количество и качество сексуальной энергии.

#### Матка

Матка символизирует храм творчества женщины. Состояние матки отражает то, насколько вы смогли проявить себя в этом мире как женщина, мать, жена.

#### Эндометриоз

У вас есть ощущение незащищенности, как женщины. Вы постоянно чувствуете, что на вас нападают, ожидаете плохого от мужчины.

Вы не можете и не знаете, как реализовать себя как женщину. При этом постоянно посылаете упреки в свой адрес. А также упреки, претензии и обиды в адрес мужчин.

Огорчение и разочарование в жизни женщины приводят к изменениям в матке. Часто в таких случаях женщины подменяют любовь на какие-либо другие высоко ценимые качества: например, порядочность, честность, нравственность.

Одна моя пациентка с эндометриозом, совсем молодая женщина, призналась:

– Вы знаете, у меня прекрасный муж. Он хороший человек, замечательный отец для детей. Но не испытываю я к нему любви. Хотя знаю, что любовь должна стоять на первом месте.

Другая моя пациентка с эндометриозом и постоянными маточными кровотечениями заявила коротко и просто:

– Я не люблю мужчин.

Еще одна женщина с этим заболеванием сообщила во время своего рассказа:

– У меня муж очень порядочный, но я люблю другого!

#### Фибромиома матки

Если вы помните и буквально «вынашиваете» в себе оскорбление, нанесенное вам мужчиной или мужем, и не можете простить, то берегитесь! Опухоль матки – это накопленные претензии и обиды на мужчин, постоянное прокручивание в голове прежних обид.

Вы считаете, что вам постоянно наносили удары по женскому самолюбию. Вы часто упрекаете себя как женщину и постоянно обвиняете мужчин.

Ко мне, как к врачу-гомеопату, очень часто приходят женщины с опухолями матки. Современная медицина не имеет в своем арсенале средств для лечения этой болезни, и практически всем женщинам с миомой предлагают операцию. Но не каждая женщина хочет расставаться с таким важным органом. Тем более операция – это не лечение. Причины болезни при оперативном вмешательстве не устраняются.

На протяжении нескольких лет я использовал для лечения только гомеопатические средства. Результатами был доволен. В некоторых случаях удавалось добиться полного рассасывания опухоли. В других – значительного уменьшения. А когда подключил к лечению работу с подсознательным разумом, устраняя напрямую причины

заболевания, то все процессы стали проходить гораздо быстрее и эффективнее.

Вот и сейчас предо мной сидит женщина сорока лет.

Диагноз ей поставили год назад. Операцию уже предлагали неоднократно. От своей знакомой, которая когда-то успешно лечилась у меня, она услышала обо мне и решила попробовать гомеопатический метод лечения.

Приготовил ей лекарства. Объяснил, как их принимать. Женщина уже собралась уходить, но я ее останавливаю. Подождите. Ведь мы не поговорили о самом главном.

– О чем же? – спрашивает она в недоумении.

– Как о чем? Ведь для того, чтобы вылечить любое заболевание, необходимо устранить причины. Вы согласны со мной?

– Да, – соглашается она, но по выражению лица видно, что она не понимает толком, чего я от нее хочу.

– А что вы думаете по поводу причин вашей болезни?

– Даже не знаю, – говорит она. – Я об этом никогда не задумывалась.

– А что вы вообще думаете по поводу вашей болезни и как вы к ней относитесь?

– Ну, она мне мешает, и я хочу скорее от нее избавиться.

– Вы знаете, – говорю я, – я убедился в том, что люди сами создают себе болезни в процессе жизни.

– Я с вами полностью согласна, – соглашается пациентка.

– Но смотрите, что получается, – говорю я, – вы сознательно вряд ли хотели, чтобы у вас была миома матки, да и сейчас она вам мешает. Но ваше подсознание думает по-другому. Оно вырастило у вас опухоль.

И я уверен, что сделало это не для того, чтобы загнать вас поскорее в могилу.

– А для чего же? – спрашивает она испуганно.

– Наверное, для того, чтобы вы обратили внимание на себя как на женщину. И изменили бы в себе определенные мысли и чувства. А почему бы нам не узнать об этом у самого подсознания? Давайте сейчас же обратимся к той части вашего подсознательного разума, которая вырастила опухоль матки, и узнаем, какие мысли и чувства заставили ее сделать это.

– Не нужно обращаться, – говорит женщина, – я и так знаю. Пока вы говорили, я уже получила ответ от себя самой.

– Поделитесь со мной, – прошу я ее.

– Причина в моем муже.

– В вашем муже или в вашей реакции на его поведение? – спрашиваю ее.

– Скорее в моей реакции. Но скажите, – спрашивает она меня со слезами на глазах, – как должна реагировать нормальная женщина на то, что ее муж пьет, устраивает скандалы, оскорбляет?

– У нормальной женщины, как вы выразились, – нормальный муж, – отвечаю я. – Ну а если муж ненормальный, то женщина, которая себя считает нормальной, вместо того чтобы терпеть годами пьяные выходки мужа, накапливать обиды и предъявлять претензии, должна обратиться внутрь себя и задать логичный вопрос: «А для чего я вообще все это терплю? И что во мне самой, какие мысли и какое поведение привлекли такого мужчину в мою жизнь?»

– Но ведь я его любила, – говорит женщина, – а он убил во мне эту любовь.

– Его-то вы, может быть, и любили, но любили ли вы себя? Помните, как в Библии сказано: «Возлюби ближнего, как себя самого». Как себя самого! Кстати, а как вы относитесь к своему отцу? – спрашиваю я пациентку.

– Вы знаете, он тоже любил выпить и плохо относился к матери.

– Ну теперь, я думаю, вы понимаете, что те мысли и чувства, которые живут у вас в душе в отношении себя самой как женщины и в отношении мужчин, сформировались в детстве и притянули такого мужчину в вашу жизнь?

– Что же мне теперь делать? – спрашивает женщина.

Дальше мы еще около часа работаем над причинами болезни. Я даю женщине «домашнее задание», и мы расстаемся на месяц.

Через месяц она приходит на прием. Ее настроение, одежда и прическа говорят о том, что в ней произошли перемены.

– Вы знаете, – сообщает она мне радостно, – боли внизу живота совсем прошли. Работаю над собой в течение часа утром и столько же вечером. Замечаю, что муж тоже начинает меняться в лучшую сторону. В течение месяца не брал в рот спиртное. Давайте продолжать лечение.

Еще через два месяца она сообщила мне по телефону:

– Доктор, вот звоню вам, чтобы поделиться радостью. Была вчера у гинеколога и онколога – меня сняли с учета. УЗИ показало, что матка совершенно здорова.

– Я вас поздравляю, – говорю ей. – Но может быть, вернетесь к старому, может быть, вы там оставили что-нибудь важное для себя?

– Нет, ну что вы, – отвечает женщина, – мне сейчас нравится мое состояние. И отношения с мужем у меня совершенно другие.

#### Эрозия шейки матки

Эрозия шейки матки символизирует уязвленное женское самолюбие. Вы уверены в том, что ущербны как женщина. Вы не можете и не знаете, как реализовать себя как женщину.

Современная медицина вместо лечения предлагает прижигание эрозии, загоняя болезнь глубже внутрь. Я обнаружил, что у 90 процентов женщин с опухолями матки в прошлом были эрозии шейки, и они их прижигали. То есть боролись со следствием болезни. А устранять необходимо причины – менять поведение и мысли в отношении себя и мужчин.

– Ну как мне не чувствовать себя ущербной, – жалуется мне женщина, у которой недавно начались выделения из влагалища в связи с эрозией шейки матки. – Муж постоянно в командировках или на дежурстве. Сажу дома с двумя детьми. Как говорится, света белого не вижу. Как мне в такой ситуации чувствовать себя женщиной, да еще и желанной?

– То есть вы утверждаете, – говорю я ей, – что любая и каждая женщина, у которой есть двое детей и муж работает, не может чувствовать себя желанной женщиной.

– Ну нет, почему же? У меня есть подруга, так у нее трое детей, муж много работает, а она, как говорится, цветет и пахнет. Но для себя я не вижу выхода.

– Тогда давайте этот выход искать вместе, – предлагаю ей.

– Давайте, – соглашается она.

#### Воспаление наружных половых органов, вагинит, бели

Гениталии символизируют женские принципы. Проблемы с наружными половыми органами отражают боязнь оказаться не на высоте, страх за свою женственность, сомнения в своей женственности. У вас есть подсознательная агрессия на мужчин: обиды, претензии, злость, презрение. Воспаление вульвы и влагалища отражает то, что

вы чувствуете себя уязвленной как женщина. Вы считаете, что женщины вообще бессильны влиять на противоположный пол.

Есть такая закономерность: мужчины с уязвленным самолюбием чаще страдают язвой двенадцатиперстной кишки, а женщины – воспалением наружных половых органов.

Ко мне на прием часто приходят женщины с воспалением половых органов. В таких случаях в подсознании у женщин сильное раздражение и претензии в адрес мужчин.

Вот и сейчас на приеме сидит молодая женщина. У нее хроническая молочница. Частые и обильные выделения с неприятным запахом. Таблетки дают облегчение лишь на короткое время.

Подсознательные причины мы уже выяснили – это «хроническая» неприязнь к мужчинам.

– Вы знаете, мне постоянно встречаются какие-то не такие мужчины, – говорит она.

– Что значит «не такие»? – прошу уточнить я.

– Ну не знаю. Мне кажется, что порядочных мужчин вообще не бывает.

– Совсем? – удивляюсь я.

– Ну не то чтобы совсем, доктор. Возможно, они есть. Просто мне еще не встречались. С первым мужем извелась – не смогла выносить его измен. Второй ушел. И сейчас мне попадается все какой-то «мусор».

Дисменорея (расстройство менструального цикла)

Вы испытываете ненависть к своему женскому телу, отрицаете или отвергаете свою женственность. Или испытываете сомнения по поводу своей женственности.

У одной молодой девушки был нарушен менструальный цикл. Менструации были нерегулярными и болезненными. Обратившись к подсознательному разуму, мы выяснили причины нарушений. В состоянии гипнотического транса девушка вспомнила детство. Когда она была маленькой, мать часто повторяла, что хотела иметь мальчика, а не девочку. Кроме того, как ей казалось, брату в семье уделялось гораздо больше внимания.

Со временем все забылось, но эти отрицательные подсознательные установки негативно сказывались на ее женственности.

Сомнения в своей женственности обязательно связаны с подсознательной агрессией на мужчин. Девушка заимствует их у своей матери, и это отражается на ее половом развитии.

Еще одна возможная причина может привести к нарушению месячных – это чувство вины и страх, связанные с сексом. В вас сильна убежденность, что все связанное с гениталиями греховно или нечисто.

У меня недавно был очень необычный случай. На прием пришла женщина с миомой матки. Кроме того, у нее были очень болезненные месячные. В течение 3-4 дней она буквально не могла двигаться, а таблетки помогали мало.

Мы обратились к ее подсознанию, чтобы выяснить причины. Информация пришла такая. «В прошлой жизни ты была мужчиной и убивала женщин, – ответил подсознательный разум. – Теперь в этой жизни будешь мучиться».

Женщина сначала перепугалась, но после того, как пришла в себя, сказала:

– Теперь я понимаю, почему всегда засматривалась на женские ножки. Вы знаете, доктор, ни одной короткой юбки не пропускала. Пли когда по телевизору показывали девушек в бикини-всегда бежала смотреть. Но что же мне делать? – спросила она озабоченно. – Я что, так и буду теперь до конца своих дней мучиться?

Мы договорились с подсознательным разумом, что он перестанет вызывать боли, если она изменит отношение к себе, ко всем женщинам и мужчинам. Уже через месяц следующие менструации прошли безболезненно.

Аменорея (отсутствие месячных)

Отсутствие месячных отражает нежелание быть женщиной, неприязнь к самой себе, неприятие своей женственности.

К тому периоду, когда девочка вступает в период половой зрелости, она, как правило, уже знает, что у нее должны пойти менструации. И часто идентифицирует себя со своей матерью. И если у матери расстройство менструального цикла или болезненные месячные, то, скорее всего, у дочери все будет протекать так же. Я обнаружил, что некоторые женщины даже не знают о том, что нормальные месячные должны проходить без всяких болей, без болезненного

набухания молочных желез, без сгустков. Если у вас есть хотя бы один из этих признаков, то задумайтесь, что находится между вами и хорошим самочувствием во время месячных?

В прошлом году ко мне на прием пришла девушка с отсутствием месячных. Ей уже исполнилось 20 лет, но менструации у нее еще не начались. Родители беспокоились давно. Побывали практически у всех специалистов, даже у экстрасенсов «международного класса»; перепробовали все лекарства, включая гормональные. Но все тщетно.

Когда я впервые увидел эту девушку, то у меня сложилось впечатление, что ее половое развитие остановилось где-то в промежутке между 12 и 14 годами: грудь этически отсутствовала, бедра узкие, голос детский, другие признаки подтверждали мое предположение.

Я сразу заподозрил, что здесь скрываются определенные подсознательные мотивы. Так и оказалось.

В состоянии гипнотического транса девушка вспомнила все, что произошло с ней в 12 лет. Накануне этого события мать объяснила дочери, что скоро у нее начнутся менструации. Девочка очень сильно переживала. Ведь у ее матери были сильнейшие боли при менструациях, которые заставляли лежать несколько дней в постели, причем никакие обезболивающие не помогали. Ее мать всегда с ужасом ждала приближения этого срока. Девочка проплакала украдкой целую неделю, умоляя Господа Бога сделать все возможное, чтобы она не становилась женщиной, а навсегда осталась девочкой. Подлило масла в огонь еще и то обстоятельство, что мать всегда рассказывала, как она тяжело рожала; да к тому же и отец относился к матери очень грубо. И вот, то ли Господь Бог услышал молитвы девочки, то ли ее желание было слишком сильное, но развитие ее остановилось.

Девушка продолжала пребывать в состоянии гипнотического транса, а я ей прочитал двухчасовую лекцию о нормальном половом развитии, о том, как должны протекать менструации, о нормальной беременности, о радости материнства и о многом другом. В общем, обо всем том, о чем ей в свое время должна была рассказать ее мать.

В тот день им пришлось вызывать такси, так как менструации у девушки начались уже при выходе на улицу.

А через две недели на прием пришла ее мать. Она призналась, что пробовала сама разобраться со своими болями, но у нее ничего не получилось. Ее проблема оказалась намного сложнее, так как там присутствовали мотивы самонаказания и чувства вины. Оказалось, что в юности она совершила проступок, за который подсознание ее

наказывало на протяжении двадцати двух лет сильнейшими менструальными болями!

А еще через полгода девушка снова пришла ко мне, но уже с немного необычной просьбой – остановить рост груди. За полгода она очень сильно изменилась: стала женственной, чрезвычайно привлекательной. Ее грудь действительно стала достаточно большой, и мне пришлось удовлетворить ее просьбу (хотя до этого я, наоборот, помогал женщинам увеличить грудь). Затем она попросила погрузить ее в гипнотический транс и рассказать ей о нормальном и здоровом сексе (за то время, пока мы не виделись, у нее появился друг и они собирались пожениться, но на мать и подруг уже не полагалась).

#### Маточное кровотечение

Истечение крови из матки символизирует уходящую радость. Почувствуйте себя настоящей женщиной и верните радость в свой мир. Вам мешают сделать это давние обиды и злость – избавьтесь от них.

На прием пришла женщина, которая уже длительное время страдала от маточных кровотечений. А недавно врачи обнаружили еще и миому матки.

Причины оказались следующими. Несколько месяцев назад она заподозрила своего мужа в измене. Устроила ему скандал, хотела выгнать из дому, но дети удержали.

– Я всю жизнь свою отдала ему, – рассказывала она возбужденно. – Девушкой он меня взял. Кроме него, я других мужчин не знала. А он так подло поступил. Я ему тогда сказала, – продолжала она, – да известно ли тебе, что мужики на работе мне прохода не дают? А один врач– травник мне даже руку и сердце предлагал. У него большой дом и иномарка. А я так нет же: «У меня есть семья, муж и дети». Муж как узнал об этом, что я могу уйти к другому, – продолжала она дальше, – так неделю валялся у меня в ногах и просил прощения. Так я не простила его до сих пор, и вряд ли смогу простить.

#### Киста и воспаление яичников

Яичники символизируют женские созидательные центры.

Проблемы с яичниками – это проблемы с реализацией своего женского начала в этом мире. Этому мешают негативные мы ели-блоки в отношении себя как женщины и в отношении мужчин.

Ко мне на прием пришла девушка с аднекситом и нарушением месячного цикла, «Сбои» начались. как только пошли менструации. Я сразу обратил внимание на то, что одета она была как-то по-мальчишечьи.

Она буквально потребовала у меня:

– Доктор, дайте мне такие таблетки, чтобы мои яичники заработали.

– А вы разве не принимали таблетки? – спрашиваю ее.

– Принимала. Гормональные. Пока принимаю, месячные идут нормально. Как только прекращаю принимать – месячные останавливаются. Не буду же я сидеть всю жизнь на гормонах. У меня уже волосы на ногах стали расти интенсивно, а на голове, наоборот, выпадают. Но у вас, я слышала, есть специальные крупиночки на травах.

– Есть.

– Вот вы и дайте мне их.

– Я готов. Но готовы ли вы выполнить все условия лечения? – спрашиваю ее.

– Конечно! – отвечает она. – А что это за условия?

– Прежде всего вы должны стать женщиной.

– Но я уже женщина, – отвечает девушка с недоумением. – У меня даже был один аборт.

– Хвалиться абортom не стоит. Я имею в виду стать женщиной не в сексуальном смысле, а в душе. Потому что в душе вы – парень. Вы с детства любили играть не с подругами, а с мальчиками, носить мужскую одежду.

Девушка с недоумением смотрит на меня.

– Доктор, а откуда вы это все знаете?

– Я даже догадываюсь, что учитесь вы на «мужскую» профессию.

– Да, это так. Я учусь в техникуме и хочу связать свою будущую профессию с ремонтом машин. Я обожаю копаться в машинах и ремонтировать всякие механизмы. Вы знаете, я бы отдала всю свою жизнь за то, чтобы десять лет пожить мужчиной.

Очень часто страх является причиной фригидности. Страх разного рода: перед жизнью, перед мужчинами, перед отцом.

Строгий отец, заикленный на нравственности и порядочности, запугивающий дочь насильниками и испытывающий презрение к проституткам (делающий все это, конечно, из благих побуждений), невольно формирует у дочери негативное подсознательное отношение к сексу.

– У меня очень строгий отец, – говорит мне молодая женщина, которая не могла испытать оргазм. – Он всегда следил за моей целомудренностью. Иногда это доходило до абсурда. Сразу после окончания школы я начала встречаться с парнем, и если я задерживалась и приходила домой позже положенного времени, то он закатывал скандал, обзывал меня по-всякому и пугал тем, что направит на осмотр к гинекологу.

Фригидные женщины не впускают физическое наслаждение в свою жизнь или не умеют получать наслаждение от жизни через сексуальное общение. У них нет равновесия между физическим и духовным. Приоритет отдается духовному развитию, и отрицается физическое. Этому могут способствовать не только страхи, но и, например, уверенность в том, что секс – это плохо, греховно. Такие женщины часто привлекают в свою жизнь неумелых партнеров для оправдания собственной бесчувственности. Они стремятся заменить отсутствие сексуального наслаждения чем-то другим.

Одна моя пациентка, которая страдала от отсутствия оргазма, в состоянии гипнотического транса вспомнила одну сцену из детства. Однажды она услышала стоны матери, которые доносились из спальни. Она подумала, что маме очень плохо, раз та стонет, и решила посмотреть, что же с ней произошло. Она приоткрыла дверь в спальню и увидела, что отец прижал мать к кровати, схватил ее за руки и «стал делать ей больно, отчего она стонала, но вырваться не могла».

– Теперь я поняла, откуда у меня такое негативное отношение к сексу, – сказала женщина, когда вышла из транса. – Теперь я также знаю, откуда у меня появилась непонятная мне неприязнь к отцу и мужчинам вообще. Я всегда считала, что они делают женщинам больно и заставляют их страдать. И еще я припоминаю сейчас, – продолжает пациентка. – Когда мать говорила отцу: «Не трепи мне

нервы!» – я почему-то связывала выражение «трепать нервы» с занятием сексом.

Отсутствие нормальных и полноценных сексуальных переживаний может распространяться на другие сферы жизни. Так, например, несколько пациенток с фригидностью оказались вегетарианками. Это ни в коем случае не означает, что каждая вегетарианка фригидна. Может быть, это было просто совпадение. Но в одном случае я решил это использовать. Я убедил пациентку, что человек не должен становиться вегетарианцем из «идейных» соображений. То есть он не должен исходить из того, что, мол, поедать трупы животных – это плохо. Ведь для другого мясо может выглядеть как очень вкусный и полезный бифштекс. Постепенно, включив в свой рацион мясо, она стала получать сексуальное удовлетворение.

Недоверие к мужчинам и вообще ко всему в этом мире приводит к сексуальным проблемам. У женщины появляется напряженность, порождаемая этим недоверием, и невозможность расслабиться и получить удовлетворение.

Женщина у меня на сеансе обратилась к своему подсознанию и спросила: «Каким моим поведением и какими моими мыслями вызвана невозможность пережить оргазм?»

Подсознание ответило ей просто и коротко: «Твоим недоверием к мужчинам и к людям вообще».

Обычно фригидностью страдают те женщины, которые выросли в семьях, где между матерью и отцом не хватало любви и взаимопонимания. В таких семьях мужчину и женщину связывают не любовь, а такие понятия, как порядочность и чувство долга.

В последнее время на телевидении в изобилии демонстрируются художественные фильмы (чаще всего американские), где культивируется секс, примитивные отношения между мужчиной и женщиной, основанные на животных инстинктах. Таким образом, сексуальное поведение отделяется от личности человека. Женщины и мужчины выступают в роли сексуальных биороботов. Такие понятия, как любовь, душа, чистота помыслов, просто отсутствуют.

И вот молодые девушки и юноши, посмотревшись таких фильмов, пытаются в поисках счастья и наслаждения перенести эту навязанную модель поведения в свою жизнь. Заканчиваются эти эксперименты часто разочарованием в жизни, фригидностью или бесплодием.

В юности мало кто знает, что физическое наслаждение идет рядом с близостью духовной. Слияние душ побуждает желание тел. Только любовь подарит вам истинное наслаждение.

## БЕРЕМЕННОСТЬ

Символизирует начало жизненного процесса и подготовку к появлению в этом мире. Очень важно, чтобы женщина не только во время беременности, но и задолго до зачатия испытывала только положительные эмоции. В христианстве для этого есть очень хорошая процедура-таинство для внутреннего очищения – покаяние и причастие.

Дело в том, что мысли матери внедряются в подсознательную программу поведения ребенка и затем влияют на его здоровье и судьбу. Например, если у матери были во время беременности мысли об аборте, то такой ребенок будет болезненный, его иммунная система будет ослабленной, так как негативная мысль матери запускает в ребенке программу самоуничтожения.

### Токсикозы беременных

Кто-то сказал, что токсикозы беременных – это порождение цивилизации. Действительно так, ведь негритянская женщина из какого-нибудь африканского племени просто не знает, что это такое.

Если у женщины токсикоз, то, значит, у нее есть скрытое, подсознательное нежелание иметь ребенка. Ее организм отвергает плод.

В одном случае у беременной с токсикозом был сильный страх перед родами. Дело в том, что ее мать очень тяжело рожала. Ее еле спасли. И эти страхи передались дочери.

В другом случае в подсознании женщины были мысли о том, что беременность несвоевременна. Нужно сначала закончить учебу, а потом уже рожать ребенка.

В таких случаях я объясняю женщинам, что их подсознание всегда выбирает самый подходящий момент для беременности. Поэтому нужно просто принять эту беременность и довериться своему подсознанию, и оно само позаботится о том, чтобы ребенок родился здоровым.

В подсознании сильный страх. Страх перед рождением ребенка, перед будущим. Это может быть неуверенность в мужчине: «А вдруг он меня бросит! И останусь я одна с ребенком». Или неуверенность в своих силах: «Не сейчас – после». Ощущение ошибочности выбора момента беременности и рождения ребенка.

Как и в случае с токсикозом, у женщины есть скрытое, подсознательное нежелание иметь ребенка. Ее организм отвергает плод.

Ко мне на прием пришла совсем молодая женщина.

– Доктор, – попросила она меня, – помогите мне справиться со стрессовой ситуацией.

– Что же произошло? – спросил я ее.

– Месяц назад я потеряла ребенка, – сказала она, едва сдерживая слезы, – у меня произошел выкидыш. Я не нахожу себе места, я не могу спокойно спать. Я чувствую себя очень виноватой.

В процессе нашей с ней совместной работы, используя общение с подсознательным разумом, мы «вышли» на причины, которые привели к выкидышу.

Полгода назад она познакомилась с парнем и уже через месяц от него забеременела. Юноша был не готов заводить семью и становиться отцом. Он предложил ей сделать аборт. Девушка обиделась на него и решила, что ребенка родит и будет одна воспитывать. Но начало своей семейной жизни она представляла совсем не так, и у нее были сомнения по поводу рождения ребенка. Да и родители ее были против безотцовщины. Три месяца она пребывала в сомнениях. Аборт делать было уже поздно. Парень приходил к ней и предлагал пожениться, но она ему отказала, не сумев простить. И вот через несколько месяцев у нее произошел выкидыш.

Кто же виноват в этой ситуации? А виноватых нет. Ведь каждый человек сам создает свой мир. Значит, каждому из них – и девушке и юноше – нужно было пройти через эту ситуацию и извлечь позитивные уроки.

В течение нескольких сеансов она смогла избавиться от чувства вины, научившись брать на себя ответственность за свою жизнь.

Одна из важных функций подсознания – обеспечить появление в этом мире здорового и жизнеспособного потомства. Если у женщины бесплодие, значит, у нее в подсознании есть такое поведение, которое уничтожает душу будущего ребенка. Огромная подсознательная агрессия матери будет усилена в подсознании ребенка во много раз. То есть такой ребенок просто будет нежизнеспособен. В подсознании у бесплодной женщины действует программа уничтожения детей.

Во всех религиях женщина ассоциировалась с земным, с телом, с плодородием. Мужчина – с духовным, с духом, с оплодотворением. В христианстве есть заповедь: «Да убоится жена мужа своего». Почему женщина должна бояться мужчины? Потому что таким образом она не сможет испытать агрессию по отношению к нему. Есть такая поговорка: «Бойтся – значит уважает». Страх будет препятствием перед запуском негативных чувств и эмоций. То есть женщина должна уважать мужчину, но если в ней нет уважения, то пусть хотя бы боится. Женщина, у которой в подсознании есть презрение к мужчине, бесплодна, так как такая женщина презирает дух. Мужчина же, презирающий женщину, отрицает земное и имеет больное тело. И часто становится импотентом.

Таким образом, сильная подсознательная агрессия, направленная в адрес мужчин, приводит к бесплодию. Это может быть не только презрение, но и претензии к мужчинам, обиды, ревность, ненависть.

Недавно на прием пришла женщина с опухолью /латки. Причина опухоли – сильная подсознательная агрессия на мужчин.

– Для меня так лучше, чтобы их вообще не было, – сказала она мне.

Детей у нее тоже не было. Было два аборта и две внематочные беременности, которые закончились перевязкой труб.

Иногда препятствием для беременности становятся нечистые помыслы.

Одна моя знакомая рассказала мне историю.

– У моей подруги возник кризис в отношениях с мужчиной. И она решила его привязать к себе, родив ребенка. «Вот забеременею от него, – говорила она, – и тогда он меня не бросит. Чувство долга не позволит». – «Светка, – говорю я ей, – какая же ты дура. Да ни одного мужика нельзя удержать ребенком. Только жизнь испортишь себе и ребенку. Лучше разойдись с ним или наладь отношения. Тогда все будет нормально».

Но она меня не послушалась и решила сделать по-своему. Так она и не смогла от него забеременеть. Долго лечилась, ездила на курорты. Теперь я понимаю причину. Через несколько лет они все же разошлись. А полгода спустя она познакомилась с другим мужчиной. Они поженились, и через год у них родилась девочка.

Страх и сопротивление жизненному процессу, неуверенность в будущем также могут быть причиной бесплодия. Ведь дети – это наше будущее. Просто нет потребности в приобретении родительского опыта. Этому способствует определенная обстановка в семье, отношение родителей друг к другу и к детям.

Пока в подсознании отсутствует готовность к появлению ребенка, будут проблемы с оплодотворением. И как бы теоретически вам ни хотелось иметь ребенка, и какие бы страстные речи ни говорились по этому поводу.

Выход один – исследуйте свои внутренние убеждения. Наверняка вы найдете там страх перед родами из-за связанной с этим ответственности, каких-то ограничений и нагрузок.

А иногда важным препятствием является страх стать некрасивой, непривлекательной, испортить фигуру и форму груди.

Вспоминаю одну передачу об известной манекенщице. Долгое время она не могла забеременеть. И вот когда через много лет у нее это получилось, она спросила своего мужа:

– Ты все еще меня любишь? Ведь я стала такой толстой и некрасивой.

Непривлекательность женщин после родов – это миф. Если женщина готова к беременности и физически и духовно, то тогда беременность – это расцвет женского организма. Те женщины, которые привыкли следить за своим телом до родов, восстанавливают свою прекрасную физическую форму и после них. Забота о ребенке, воспитание нового человека делают женщину еще более прекрасной, раскрывают в ней нуграни ее существа.

Как только женщина проведет переоценку ценностей, она сможет забеременеть и иметь здоровое потомство.

М. Эриксон, американский психиатр, описывает такой случай из практики.

Одна из моих сестер отчаянно старалась забеременеть в течение 13 лет. Поскольку она видела во мне только брата, то не принимала меня всерьез как медика, что, кстати, часто случается среди родных. Поэтому она принимала к себе новорожденных младенцев, по какой-либо причине оставшихся без родителей, и нянчила их до тех

пор, пока не находился усыновитель. Десять лет она занималась этим делом и, наконец, обратилась ко мне за советом.

Мой ответ был очень простой: «Ты давно пытаешься забеременеть. Но в тебе что-то не срабатывает. Но стоит тебе самой усыновить ребенка и почувствовать, что он весь твой, имея в виду физическую близость, родство, особое чувство принадлежности – я просто не знаю, как это можно еще выразить, – как через три месяца ты забеременеешь». В марте сестра усыновила ребенка, а в июне забеременела. Она потом еще нескольких детей родила.

## МОЛОЧНЫЕ ЖЕЛЕЗЫ

Символизируют материнскую заботу, вынашивание, питание, вскармливание.

### Заболевания молочных желез

Это отказ себе в «питании», то есть в любви, во внимании, в заботе. Ставите себя в жизни на последнее место. Ваш главный принцип: «Сначала ближнему, а затем себе». Вы забываете одну из заповедей: «Возлюби ближнего своего, как себя самого».

### Кисты и уплотнения

Они отражают избыток заботы, излишнюю протекцию. Вы настолько сильно проявляете заботу о ком-либо, что буквально подавляете личность. И при этом вы отказываете себе во внимании и заботе. Ваш главный принцип: «Все для других, а я потом».

Официальная медицина при опухолях в груди предлагает только операцию, так как в ее арсенале нет средств для подавления этой болезни. Но, как вы уже знаете, удаление – это не лечение. А избавиться от этой болезни можно, и даже просто – я знаю это из практики. Нужно только изменить отношение к себе и окружающему миру.

Одна моя пациентка настолько сильно «заботилась» и беспокоилась о своем сыне, что это привело не только к образованию опухоли в груди, но и к развитию астматических приступов у ребенка. Так как своим поведением она буквально не давала ему свободно жить, а значит, и дышать.

У другой женщины с опухолью груди, установив контакт с подознанием, мы выяснили, что опухоль – это отражение ее чрезмерной заботливости о людях в сочетании с жалостью и состраданием. Она фактически жила жизнью других людей, совершенно не заботясь о себе. На первом месте был кто угодно, но не она сама.

– У меня на себя не остается времени, – говорила она.

В течение нескольких месяцев она принимала гомеопатические препараты, училась заботиться о себе в первую очередь и при этом уделять внимание другим. Было интересно наблюдать, как опухоль изменялась с каждым сеансом. Сначала она стала мягкой и подвижной, затем уменьшилась в размерах, а в один прекрасный день совсем исчезла.

Помню, как на первом сеансе женщина никак не могла принять мысль о том, что первые знаки внимания нужно уделять себе.

– Но ведь думать о себе в первую очередь – это плохо, это эгоизм, – говорила она.

Эгоизм – это когда вы думаете и заботитесь о себе и не думаете о других. Это когда вас не заботит и не волнует жизнь другого человека. Это когда на других людей просто наплевать. Но когда вы думаете о себе и стремитесь изменить себя ради других – то это уже высшее проявление любви к людям и милосердия. Меняя свой мир и накапливая в душе любовь, вы питаете себя любовью, вы создаете пространство любви вокруг себя. И вот наступает такой момент, когда вы близким людям начинаете давать не жалость, а любовь. Переставая вмешиваться в жизнь другого человека, вы тем не менее меняете его жизнь через изменение себя, своего мира. Делая свой мир лучше, вы вносите вклад во Вселенную.

#### Мастит

К маститу приводит страх и чрезмерное беспокойство о ребенке, буквально лихорадочная заботливость. Вы думаете, что не справитесь.

Ко мне из района приехала женщина с маститом. Когда она обратилась к своему подсознанию, чтобы выяснить причины болезни, то получила ответ: «Ты боишься, что не справишься с уходом за ребенком».

– Конечно, – согласилась женщина со своим подсознательным разумом, – как тут не беспокоиться. Муж целыми днями на работе, а бабушек и дедушек нет. Все делаю одна. Помочь, подсказать – некому.

Иногда к маститу может привести отсутствие у молодых мам элементарных знаний о том, как надо заботиться о своей груди.

Людмила родила мальчика. Роды прошли успешно. На третий день, как это обычно бывает у кормящих матерей, начало активно прибывать молоко. Грудь набухла, стала твердой и горячей. Людмила измерила температуру. Потом долго и с удивлением смотрела на градусник. Столбик ртути поднялся выше отметки 42 градуса.

«Странно, – подумала женщина, – наверное, градусник испорчен». Она взяла второй и снова измерила температуру. На этот раз столбик ртути поднялся еще выше, до верхней точки градусника.

«Удивительно, – подумала она, – чувствую я себя хорошо. Вот только грудь горит. Надо вызвать медсестру».

Медсестра пришла очень быстро. И когда она посмотрела на градусники, то на ее лице отразился ужас.

– Лежите, – крикнула она, – и ни в коем случае не вставайте. Я сейчас приведу врача.

Через минуту прибежали врач и акушерка. Врач тут же начал отдавать распоряжения медсестре:

– Приготовьте немедленно анальгин, димедрол, гормоны и антибиотики.

Акушерка спокойно осмотрела грудь.

– Молоко-то ты сцеживала? – спросила она.

– Нет, – ответила Людмила, – а мне никто и не говорил.

– Ну, дорогая, – сказала акушерка спокойно, – тогда все с тобой ясно.

Акушерка принялась массировать грудь и сцеживать молоко. Людмила корчилась и стонала от боли.

– Терпи, родная, – приговаривала акушерка, – первое время придется тяжело, зато потом все будет хорошо.

– Какая «молочная» мама, – сказал доктор. – А вот когда моя жена родила, – продолжал он, – молока было мало. Пришлось покупать ей орехи, отпаивать чаем с молоком, давать толченый тмин под

язык. И через два дня столько было молока, что не знали, куда девать. Полроддома можно было накормить.

В этот момент пришла медсестра с медикаментами.

– Давай сделаем укол, – сказал врач.

– А может быть, без лекарств обойдемся? – спросила Людмила. – Все-таки химия. Для ребенка будет плохо.

– Ты что! – возмутился врач. – Посмотри на свою грудь. Да на ней можно яичницу поджарить. Температура за сорок перевалила.

В этот момент в палату зашел муж Людмилы.

– Что случилось? – спросил он.

Медсестра и доктор объяснили ситуацию. А акушерка была занята своим делом – продолжала сцеживать молоко.

Муж Людмилы подошел и поцеловал жену в лоб.

– Давайте подождем с уколами, – сказал он, – у нее нормальная температура.

– Как нормальная? – в один голос удивились врач и медсестра. – Вы посмотрите на градусники.

Мужчина внимательно исследовал градусники, приложил ладонь ко лбу жены и сказал:

– Можете их выбросить, они неисправны. Доктор, да вы сами попробуйте. Температура совершенно нормальная.

Врач приложил свою ладонь ко лбу Людмилы.

– Леночка, – обратился он к медсестре, – принеси другой градусник.

Через несколько минут новый градусник показал совершенно нормальную температуру.

– Чудеса, – сказал врач, – не могут же сразу два градусника быть неисправными.

– Я думаю, – сказал муж Людмилы, – с градусниками все в порядке. Молоко сцедили, застой ушел, и температура упала.

Людмила действительно чувствовала себя хорошо. Молочные железы стали мягкими.

– Это я теперь должна все время вот так сцеживать молоко? – спросила она акушерку.

– Только первое время, – ответила акушерка, – пока не разработаются молочные протоки. А потом все будет нормально. Молока будет вырабатываться ровно столько, сколько нужно для ребенка.

Акушерка была права. Уже через неделю Людмила смогла обходиться без сцеживания.

Ко мне иногда приходят молодые девушки и просят меня, чтобы я помог им увеличить грудь с помощью гипноза. Во многих случаях это удается.

Причина, как правило, одна – отказ от женственности. Это часто сопровождается недоразвитием и других вторичных половых признаков.

– Доктор, вы можете с помощью гипноза увеличить мне грудь? – спросила меня девушка.

– Могу, если вы будете выполнять все мои инструкции, – ответил я ей.

Мне удалось очень быстро погрузить ее в глубокий транс, и мы выяснили, что в детстве у нее сформировалось негативное отношение к себе как к будущей женщине. Менструации были болезненными, часто запаздывали. Другие вторичные половые признаки неярко выражены.

В трансe я дал ей новые представления о женственности, материнстве, замужестве, нормальном половом развитии. Она также сформировала свой новый визуальный образ. Этого оказалось достаточно для того, чтобы грудь увеличилась на два размера.

## МУЖСКИЕ БОЛЕЗНИ

Мужские болезни – это результат неправильного отношения мужчины к самому себе и к женщине. Другими словами, мужчина, отрицающий свою мужественность или сомневающийся в себе, получает болезни половых органов. Если мужчина испытывает негативные эмоции в отношении противоположного пола (обиды, гнев, претензии и другие), то заболевания половой сферы неизбежны.

И еще: состояние половых органов мужчины отражает количество и качество его сексуальной энергии.

Символизируют мужские принципы и мужественность.

Заболевание этих органов отражает накопленные обиды и злость, претензии и недовольство на сексуального партнера, и в буквальном смысле «бьет» по половым органам. Поэтому мир и гармония в отношениях между мужем и женой, между мужчиной и женщиной – залог здоровья обоих.

Мужчина лечился у меня от хронического простатита. Несколько лет назад он заболел гонореей, затем трихомониазом. Причина его «приключений» – отношения с женой и с женщинами вообще. А началось все с желания отомстить жене за измену. И это его желание обернулось против него самого.

Как правило, простатит трудно поддается лечению современными медикаментозными Средствами. Врачи объясняют это особенностью строения данного органа и тем, что инфекция внедряется в лейкоциты и становится недоступной для медикаментов. И стоит переохладиться или выпить спиртного, как наступает обострение. Но я объясняю это по-другому. Просто с помощью антибиотиков инфекция подавляется и загоняется глубже в организм, а истинные, метафизические причины болезни не устраняются. И вот инфекция «дремлет» в организме и ожидает своего часа, чтобы напомнить о себе. И когда мужчина начинает думать или действовать негативно, опираясь на старые модели поведения, инфекция «просыпается» и заявляет о себе. А атмосферные явления и алкоголь играют роль пускового механизма.

В таком случае очень важно устранить сами причины болезни – изменить свое мировоззрение. Без этого излечение невозможно, какие бы сильные антибиотики вы ни применяли.

Ко мне часто обращаются за помощью пожилые мужчины с аденомой простаты. Заболевание начинается с того, что опухоль, вырастая, сдавливает мочеиспускательный канал и появляются проблемы с мочеиспусканием: вытекание мочи тонкой струей, частое мочеиспускание ночью, боли в промежности, рези при мочеиспускании и др. Официальная медицина предлагает только операцию. Я же убедился на практике, что использование гомеопатических лекарств и изменение подсознательной модели поведения приводят к прекрасным результатам.

Вот один такой пример. На приеме у меня пожилой мужчина с аденомой простаты. Первые симптомы болезни появились около семи лет назад. А неделю назад у него перестала идти моча. Опухоль стала такой большой, что перекрыла полностью мочеиспускательный канал. По «скорой помощи» его доставили в больницу и уже

сделали первый этап операции-из мочевого пузыря через переднюю брюшную стенку вывели наружу трубочку, а к трубочке прикрепили бутылку, куда бы стекала моча. Второй этап операции очень сложный. А возраст у мужчины под семьдесят.

В больнице он узнал обо мне и приехал на прием со своей дочерью. В течение часа мы работали с ним, выясняя причины заболевания. Присутствие дочери очень помогло.

К болезни его привели накопленные обиды в адрес уже покойной жены и женщин вообще. Он создавал такие ситуации в семейной жизни, в которых постоянно получал удары по своему мужскому самолюбию. Я приготовил ему гомеопатические лекарства, дал домашнее задание по перепросмотру своей жизни и изменению отношения ко многим событиям прошлого.

Через две недели он пришел ко мне счастливым. Моча стала идти естественным путем. Еще через неделю ему убрали трубку. А спустя два месяца моча вообще стала течь свободно.

Я радовался вместе с ним. Такие моменты, когда видишь результаты работы, особенно приятны. Однако меня удивила быстрота излечения. Ведь заболевание длилось семь лет, а излечение произошло за неполных три месяца. Я сказал об этом мужчине.

– Обычно лечение аденомы – это очень длительный процесс. А у вас первые результаты появились так быстро.

– Вы знаете, доктор, когда я ушел от вас, то уже почувствовал себя значительно лучше. Я стал молиться каждый день и благодарить Бога за эту, нет, уж за ту болезнь. И я все делал, как сказали вы. Первую не делю я молился буквально по несколько часов в день.

И когда пошла моча, я понял, что я все делаю правильно. Я тогда стал работать над собой еще больше. Я решил, что не нужно останавливаться.

– Как говорил Иисус Христос: «Все, чего не попросите в молитве с верою, получите».

– Да, доктор, и думаю, что моя вера в себя, в вас и в излечение и ваши сладкие крупинки сделали свое дело.

P.S. Через несколько лет я читал лекцию в кинотеатре. После лекции ко мне подошла женщина.

– Доктор, вы помните меня? – спросила она.

– Конечно помню, – сразу узнал я ее, – вы были у меня пять лет назад с отцом. Как у него дела?

– Я специально подошла к вам, чтобы купить вашу книгу и выразить вам признательность. Отец жив, чувствует себя хорошо. Каждый раз вспоминает о вас с благодарностью.

Если вы беспокоитесь за свою мужественность, то получите проблемы с половыми органами. Внутренние страхи ослабляют мужественность. Нельзя не только отрицать свою мужественность и силу, но опасно даже просто сомневаться в себе, в правильности своих решений.

У одного моего пациента, совсем молодого парня, произошли события в жизни, на основании которых он начал очень сильно сомневаться в себе. В результате этих негативных переживаний у него образовалась водянка яичка.

Сексуальное напряжение и чувство вины на сексуальной почве также могут быть причинами болезней, так как требуют наказания.

Мужчина изменял жене несколько раз и каждый раз «получал» за это все новые и новые болезни половых органов.

С возрастом у мужчин проблемы усугубляются. Это происходит потому, что мужчины начинают сдаваться. Вера в старение делает свое «темное» дело.

#### Импотенция

Сексуальное давление, страх, напряжение, чувство вины на сексуальной почве приводят к ослаблению потенции или даже к полному ее угасанию.

Вот у меня на приеме сидит мужчина и смущенно рассказывает:

– Доктор, вы знаете, с женой у меня все прекрасно получается. Но вот недавно я познакомился с одной женщиной. Она пригласила меня к себе домой. Ну, посидели, немного выпили, а когда дело дошло до постели, то член не захотел вставать. Что я ни делал, ничего не получается. Я, конечно, сослался на усталость, что бы не опозориться. Потом пошел к одной бабке. Она сказала, что мне «сделали». И что, скорее всего, жена меня приворожила.

– Жена здесь ни при чем, – сказал я. – Скажите, а было у вас чувство вины, когда вы шли к этой женщине?

– Конечно, еще какое, – ответил он. – Я не только испытывал чувство вины, но я еще и боялся, как бы жена не узнала об этом. Ведь эта женщина живет в соседнем подъезде.

– Вот ваша вина и страх и привели к тому, что член не захотел вставать. Он не подчинялся вам, спасая вас таким образом. Он оказался гораздо умнее вас.

– Так что же получается, – глаза мужчины загорелись, – если я смогу избавиться от чувства вины и страха, то у меня все с этой женщиной получится?

– А вы что, собрались разводиться? – спросил я его.

– Нет, ну что вы. У меня прекрасная семья. Двое детей. С женой всегда были замечательные отношения. Просто в последнее время часто с ней ругаемся. Вот и захотелось, как говорится, «оторваться» на стороне.

– Но ведь ваше подсознание, вызывая импотенцию, заботилось о сохранении семьи и хотело, чтобы вы изменили отношения со своей женой. Ведь вы же сами сказали, что с женой у вас все прекрасно получается. Может быть, прежде чем бежать к другой женщине, обнадёживать ее и стремиться получить у нее то, чего не можете получить в последнее время от жены, лучше разобраться в себе и в своих отношениях с женой. Может быть, лучше прислушаться к своему члену, а точнее, к себе самому и сделать правильный выбор? Не нужно переступать через самого себя. А то потом беды не оберешься. Я не могу вам что-то запрещать или советовать. Не имею права. Теперь вы знаете причины и выбор за вами.

– Я думаю, что вы правы, – соглашается мужчина. – Сначала нужно разобраться в себе.

Озлобленность на сексуального партнера, а также давние злость, ненависть и обиды на женщин сильно ослабляют потенцию.

Ко мне на прием пришел 56-летний мужчина и начал рассказывать, запинаясь:

– Доктор, у меня такая проблема.

– Какая проблема? – спрашиваю его.

– У меня с женщинами в последнее время не получается.

– Что не получается? – спрашиваю я. – У вас слабая эрекция, или быстрое семяизвержение, или что-то другое?

– Вот то, что вы назвали первым, – слабая эрекция. Понимаете, год назад я развелся со своей женой.

И вот я познакомился с одной женщиной. Она так хорошо ко мне относится, она добрая, внимательная, ласковая. Но как только дело доходит до постели – ничего не получается. Она, конечно, меня успокаивает, что, мол, ей и так со мной хорошо, но я-то себя чувствую неполноценно. Ходил к сексопатологу. Он мне там что-то

стимулировал каким-то прибором, но ничего не помогло. Я ему говорю, что мне не член надо лечить, я чувствую, что у меня причина где-то в голове или в душе. А он смеется и говорит, что все пройдет. Потом я стал принимать «Йохимбе» – это таблетки такие. Так после них у меня вообще перестал шевелиться.

– Так вы чувствуете, что причина половой слабости где-то у вас внутри, в душе? – спрашиваю его.

– Ну, в душе или в голове, я не знаю. Но где-то внутри – это точно.

– Тогда давайте и обратимся внутрь себя и выясним причины. Вы готовы?

– Да, конечно, доктор. Ведь я для себя хочу только хорошего.

После этого мы установили контакт с подсознанием и выяснили причины. Десять лет назад он второй раз женился на женщине с ребенком. От первого брака у него был уже взрослый сын. Особой любви и теплоты с этой женщиной не было. Он был зажиточным, и, скорее, как он говорил, она вышла за него замуж по расчету. Тогда же он начал строить новый большой дом. Год назад он закончил строительство дома и переписал его на свою жену. После этого она его выгнала из этого дома и подала на развод. Так вот, причина половой слабости в его негативном отношении к этой ситуации и к бывшей жене.

– Я в те дни буквально сходил с ума от злости и обиды, – признался он мне. – Я даже хотел спалить и этот дом, и ее вместе с домом. Я проклял тогда не только эту женщину, но и всех женщин на свете.

– У вас до сих пор негативные мысли в отношении бывшей жены?

– Я ее ненавижу.

– И вот с таким отношением в душе к женщинам выхотите, чтобы у вас стоял член?

– Но ведь эта женщина, с которой я познакомился, совсем другая. И дом у нее есть, и ей от меня ничего не надо.

– Да, но в душе-то у вас накоплена обида, злость, ненависть и даже проклятие. И это распространяется не только на бывшую жену, но и на всех женщин в вашем мире.

– Так что же мне делать? – спрашивает меня мужчина.

– Прежде всего простить!

– Тяжело будет, но я попробую.

– Всего лишь попробуете?

– Нет, я сделаю это.

– Вы должны простить бывшую жену, попросить прощения у Бога, Вселенной за те агрессивные мысли, проклятие, которые вы ей

посылали. После этого вы поблагодарите ее, благословите и пожелайте ей всего хорошего. И чем быстрее вы это сделаете, тем быстрее у вас все заработает.

Через неделю он пришел ко мне и сообщил, что у него состояние улучшилось на восемьдесят процентов.

– Я сделал все, как вы мне велели.

– Продолжайте дальше освобождаться от негативных мыслей и накапливать в своей душе любовь. Вспоминайте все ситуации в жизни, когда вы испытывали малейшие негативные эмоции в адрес женщин, и совершайте перепросмотр этих событий с новыми чувствами. Тогда будет сто процентов.

Боязнь женщин и глубокий подсознательный страх перед матерью могут быть причинами импотенции у юношей.

У одного парня никак не получалось сексуальное общение с девушками. Сильное стеснение и даже боязнь женского пола мешали этому. При общении с подсознательным разумом выяснилось, что мать в их семье всегда занимала главенствующие позиции. Она была очень строга и всегда подавляла отца.

Я помог юноше освободиться от подсознательных страхов. Он также выполнял специальный тренинг по обретению мужественности. Через некоторое время он мне позвонил и сообщил о том, что на следующий сеанс он не придет.

– Доктор, неделю назад я познакомился с девушкой. У меня с ней все прекрасно получилось.

Сомнения в себе как в мужчине, сомнения в правильности своих действий ослабляют потенцию.

У меня на приеме сидит мужчина. Два месяца назад у него появилась половая слабость. Мы установили контакт с подсознанием и выяснили, что половая слабость появилась после того, как он потерял работу.

– Как же потеря работы связана с потерей половой силы? – спросил я его.

– Я понял, в чем дело, – воскликнул мужчина. – Я всегда считал, да и сейчас считаю, что мужчина должен обеспечивать семью. И вот когда я долго не мог найти работу, то стал себя ругать и упрекать: «Мол, какой же я мужик, если не могу содержать семью?» И вот на этом фоне у меня член перестал стоять.

– И что же вы собираетесь делать теперь? – спросил я его. – По-прежнему будете себя упрекать?

– Нет. Я любил раньше заниматься самоедством.

Теперь я понял, что нечего себя ругать. Нужно просто найти работу. И сейчас я почему-то уверен в том, что работу найду в ближайшее время.

Через месяц он пришел ко мне снова без записи.

– Вы хотели бы записаться на повторный прием? – спросил я его.

– Нет, доктор. Я хотел сообщить вам, что у меня все в порядке. И жена просила передать вам особую благодарность и вот этот презент. – С этими словами мужчина поставил на стол пакет. – Да, кстати, – добавил он, – работу я нашел уже через неделю после сеанса. Хорошая работа, мне нравится.

Социальные убеждения и вера в старение также могут быть причиной снижения половых функций. Лично я глубоко убежден в том, что причиной проблем с потенцией является не возраст, а вера в угасание функций. Нет абсолютно никакой связи между возрастом и половой силой, если вы сами не свяжете вместе эти два понятия. Я знал одного дедушку, который в свои восемьдесят лет женился на шестидесятилетней. Так эта женщина через две недели сбежала от него. Когда знакомые пенсионерки поинтересовались, в чем причина, так та ответила: «Чуть не до смерти затрахал, окаянный». А ведь особой физической силой дед не отличался. Так, сидел себе мирно целыми днями на скамеечке около своего дома и щелкал семечки.

#### Быстрое семяизвержение

Часто простое отсутствие знаний в отношении секса, а также сомнения, страхи и неуверенность в себе могут быть причинами быстрого семяизвержения. Такое, как правило, бывает у юношей, которые только начинают свою сексуальную жизнь.

На прием ко мне пришел юноша 26 лет.

– Вы знаете, – начал он, смущаясь, – несколько месяцев назад я познакомился с девушкой. Я за ней все это время ухаживал. Она мне очень нравится, и я даже думаю сделать ей предложение. Но вот что мне мешает. Неделю назад у нас с ней была сексуальная близость, и я очень быстро кончил. Несколько дней назад мы попробовали еще раз, но я снова быстро кончил. И вот теперь боюсь, как бы это не стало плохой привычкой.

– А у вас до знакомства с этой девушкой не было половых контактов? – спросил я его.

– Нет. Как-то не мог встретить любимую девушку, да и стеснялся очень.

– Какую литературу вы читали в отношении секса?

– Практически никакой, – ответил он.

Я сразу понял, что у этого юноши проблемы просто от недостатка соответствующих знаний и опыта.

– Скажите, – спросил я его, – а вы в подростковом возрасте занимались онанизмом?

– Всего несколько раз, – ответил он. – Я слышал от кого-то, что это вредно и может оказать пагубное влияние на половые способности и на психику.

– Все это ерунда. Так говорят только те, кто ничего не знает об этом. С сегодняшнего дня вы начнете заниматься онанизмом.

Парень удивленно смотрит на меня.

– И не просто заниматься, – продолжил я, – а очень внимательно и добросовестно, обращая внимание на каждое свое ощущение в половом члене, яичках, во всем теле. Вы будете учиться ощущать, чувствовать себя самого. Вы будете учиться начинать и заканчивать в любой момент возбуждения. Вы, таким образом, научитесь контролировать себя. В течение первой недели я запрещаю вам сексуальные контакты с вашей невестой. Можно встречаться, общаться, целоваться, но не более того. И вот вам соответствующая литература.

Я дал ему книжки и сказал прийти через две недели.

Он пришел в назначенный срок.

– Доктор, все у меня прекрасно, – сообщил он радостно. – Через месяц мы решили расписаться.

Такие черты характера, как вспыльчивость и несдержанность, могут быть причинами быстрого семяизвержения. А также желание делать все быстро, не откладывая на потом. Стремление успеть в жизни сделать побольше, успеть жить.

На прием ко мне из другого города приехал мужчина средних лет. Уже на протяжении нескольких лет он страдал от быстрого семяизвержения, но за помощью не обращался – стеснялся. Установив контакт с его подсознательным разумом, мы выяснили, что быстрое семяизвержение является отражением таких черт его характера, как несдержанность и вспыльчивость.

– Да, доктор, это, скорее, так и есть. Даже на собраниях я всегда вылезая со своими замечаниями. Не могу удержаться. А потом страдаю от этого. Ем я тоже очень быстро. Стремлюсь проглотить пищу не разжевывая. При курении тоже спешу.

Мы с ним создали новые способы поведения, и я дал ему «задание на дом».

– Теперь, если вы хотите вылечиться и контролировать свое семяизвержение, вы будете поступать следующим образом. Когда едите, то пищу жуйте медленно.

Пусть пищевой комок во рту станет однородным, полностью смочится слюной. Только после этого глотайте.

Подсчитайте: сколько нужно сделать жевательных движений челюстью, чтобы полностью измельчить пищу. Обратите внимание на то, что для грубой пищи нужно большее количество жевательных движений, чем для мягкой. Поступайте так с каждой порцией пищи. Много ли курите? – спрашиваю его.

– Полпачки в день, бывает меньше, – отвечает пациент.

– Когда курите, то сначала вытащите из коробка спичку. Положите ее на одно колено. Затем достаньте сигарету и положите ее на другое колено. После этого закройте коробок и спрячьте пачку сигарет. Потом зажгите сигарету и курите ее очень медленно. Подсчитайте: сколько затяжек нужно сделать, чтобы выкурить всю сигарету. Потом начните экспериментировать. Сделайте одну-две затяжки и выбросьте сигарету. А другую сигарету докурите до конца медленно. Некоторые курите быстро. Следите при этом за своими ощущениями.

Через некоторое время вы почувствуете, что у вас появился контроль, и вы можете кончать тогда, когда сознательно захотите.

## ВЕНЕРИЧЕСКИЕ БОЛЕЗНИ

Сифилис, гонорея, герпес генитальный, трихомониаз, СПИД

Чувство вины на сексуальной почве и потребность в наказании, а также уверенность в том, что гениталии греховны или нечисты, другими словами, неприязнь к своим гениталиям – это главная причина появления венерических болезней. Таким негативным и агрессивным отношением к своим половым органам и проявлениям своей сексуальности мы буквально притягиваем в свою жизнь все эти проблемы.

Я даже скажу больше, именно вера в греховность секса и карающего Бога, чувство стыда и потребность в наказании на сексуальной почве у огромного количества людей создали все имеющиеся на сегодняшний день микроорганизмы и вирусы, которые вызывают венерические болезни.

Давайте сделаем экскурс в историю. До эпохи Возрождения церковь и инквизиция очень строго следили за нравами своей паствы, за соблюдением седьмой Божьей заповеди и не терпели полового распутства. С приходом эпохи Возрождения началась сексуальная революция. Тогда же появился сифилис. Считается, что это Колумб завез его с Нового Света. Но Колумб здесь ни при чем. Просто люди, не избавившись от чувства вины и самонаказания и не научившись правильному сексуальному поведению, дали выход наружу запретным чувствам. Церковь уже не могла сдерживать, как раньше, людские страсти. И тогда коллективный подсознательный разум создает такую болезнь, которую люди воспринимают как наказание за свои грехи.

Но проходят столетия. Медицина научилась подавлять сифилис и другие венерические болезни с помощью антибиотиков. Именно подавлять, а не лечить, потому что причины при этом не устраняются. А причины – это распутное поведение и чувство вины на сексуальной почве.

В шестидесятых годах XX столетия происходит очередная сексуальная революция. Она сопровождается наркотическим бумом. Но мысли и чувства людей по отношению друг к другу и к окружающему миру мало изменились. И вот коллективный подсознательный разум создает новую болезнь-наказание – СПИД. Эта болезнь вирусного происхождения и уже не поддается лекарствам современной медицины. Но ученые продолжают тратить колоссальные деньги на создание лекарства против СПИДа. И я уверен, что такое лекарство будет создано. Но ценой каких усилий? И с какими последствиями? Оно не будет лечить – оно будет подавлять болезнь, а вместе с болезнью – и весь организм. И потом это приведет к еще более серьезным болезням. Но это не может продолжаться бесконечно.

Лекарство против любой болезни создано давно – это чистота помыслов! Только это лекарство заключено не в таблетке, которую люди мечтают получить от врача, а в нас самих.

Очень важно с самого детства учить человека правильному отношению к сексу. И обучение это должно основываться не на понятиях греха и грязи. Важно правильно научить относиться к себе самому, к

противоположному полу, к людям вообще и к окружающему миру. И лучшими учителями в этом являются родители. То есть их отношение друг к другу и к сексу.

В вопросах сексуального воспитания мне всегда нравился подход древних китайцев – даосов. Они считали половой акт частью общего порядка и гармонии в природе и никогда не связывали его с чувством греха или нарушением морали. Их особое душевное отношение к любви и сексу совместно с полным отсутствием наказаний привело к тому, что половая жизнь Древнего Китая была в целом здоровой, замечательно свободной от патологических ненормальностей и нарушений.

Часто родители внушают ребенку запретные мысли в отношении его сексуальности, не подозревая об опасности таких запретов. А опасность заключается в том, что сексуальное запретное чувство, вырываясь наружу, становится неуправляемым и приводит человека к болезням или разочарованиям. Сексуальное воспитание должно основываться не на чувстве вины и наказании, а на понятии безупречности.

Молодая девушка обратилась ко мне за помощью. У нее были проблемы в сексуальном общении с мужем. Она никак не могла расслабиться во время полового акта. С моей помощью она установила связь с подсознанием. Выяснилось, что сильное неприятие мужчин появилось у нее после того, как несколько лет назад ее попытались изнасиловать.

Травмирующая ситуация в ее прошлом была найдена. Отношение к ней мы изменили. Девушка смогла расслабиться. Но я решил пойти еще дальше. Мне стало просто интересно, а что же ее привело к ситуации с попыткой изнасилования. Если исходить из того, что все ситуации в своей жизни мы создаем себе сами, то чем эта девушка привлекла в свою жизнь насильников?

Оказалось, что девушка с детства получала в отношении секса только негативные установки. Кроме того, она все время боялась, что ее могут лишить невинности. Слово-то какое – «невинность». В нем уже скрывается чувство вины. А вина всегда требует наказания. Получается, что если у девушки есть сильное желание сексуальной близости (а оно есть у каждого здорового человека), но его невозможно осуществить в силу определенных табу, то подсознательно совершается насилие над собой. А внутреннее насилие привлекает насилие внешнее.

Давно пора понять, что с помощью запретов никто еще не стал лучше. Сексуальная энергия – это неотъемлемая часть нашего мира. Она лежит в основе его развития и функционирования. Ее нужно принять и научиться разумно ею пользоваться, а не отвергать или запрещать. Секс – это одно из проявлений гармоничных отношений между мужчиной и женщиной. Научитесь наслаждаться общением с противоположным полом, даря и получая любовь. Этот союз помогает соприкоснуться с тайной другого самобытного и по-своему прекрасного мира. А это обогатит ваши личные переживания и ваш мир.

Высокий уровень подсознательной агрессии (обида, злость и ненависть) на противоположный пол, деление женщин/мужчин на плохих и хороших, на чистых и грязных приводит к воспалению половых органов. Выше я приводил уже много примеров на эту тему. Вот еще несколько.

Как-то ко мне явился мужчина с жалобами на последствия плохого лечения гонореи. К тому времени я уже знал о том, что мало просто подавить болезнь антибиотиками, так как в организме остаются эндо- и экзотоксины. Необходимо вывести продукты болезни из организма гомеопатическими средствами, травами, особой диетой. Но потом я понял, что часто и этого недостаточно. Важно устранить сами причины, которые привели человека к такой болезни.

У этого пациента причины оказались банальны. Установив контакт с его подсознанием, мы узнали, что к болезни привел ряд событий в личной жизни. Сначала он поссорился с женой, ревнуя ее к одному приятелю. Затем решил ей отомстить и переспал с незнакомой женщиной. В итоге – гонорея. А причина – его агрессивные эмоции – ревность, обиды, злость, месть, чувство вины. Теперь у этого мужчины, когда он узнал о причинах, есть выбор: или вести себя по-старому и получать другие болезни, или изменить свое поведение, отношения с женой и быть здоровым.

Давно пора понять, что антибиотики не устраняют причин заболевания. Причины скрыты в нас самих – в наших убогих моделях поведения. И подсознание с помощью болезни преподносит человеку важный урок. А лекарствами болезнь можно только подавить. Но надолго ли и как глубоко?

Именно поэтому в последнее время венерические болезни приобрели хроническую направленность. Возбудители – трихомонады и гонококки – научились трансформироваться в разные устойчивые формы или внедряться в другие клетки, становясь недоступными

для антибиотиков. И вот случись какая-то провокация (охлаждение, употребление спиртного) – болезнь тут как тут, напоминает, родима-я, о себе. Сигнал дает. А мы глушим этот сигнал таблетками...

Я думаю, что организм специально удерживает в себе инфекцию, чтобы в определенные моменты напоминать сознательному разуму о том, что причины еще не устранены. Так сказать, с воспитательными целями.

Я знаю из практики, что, как только человек избавляется от пагубных чувств и мыслей, болезнь исчезает, уходит в никуда, откуда и пришла.

Вот еще один пример.

У одного моего знакомого появился герпес на лобке после встречи с одной девушкой.

– Я еще до того, как с ней переспал, – рассказывал он мне, – начал сомневаться: а здорова ли она?

– Если сомневаешься, – сказал я ему, – значит, стоит подождать и сначала устранить всякие сомнения.

– Но ведь хочется! Что с этим поделать?

– Ну что же, тогда сиди, чешись и злись. Хочешь знать настоящие причины твоего герпеса? – спросил я его.

– Конечно, – ответил он.

– Только сначала скажи мне, есть ли у тебя привычка делить женщин на «хороших» и «плохих»?

– Есть такое, – ответил приятель.

– А были ли у тебя до встречи с этой девушкой обиды и злость на женщин? – спросил я.

– Да, были, – ответил он, – за неделю до этого я расстался с одной своей подругой. Так что же мне теперь делать?

– Ну во-первых, нужно поблагодарить Бога и свой подсознательный разум за эту болезнь, которая является уроком доброжелательного отношения к женщинам.

Знакомый удивленно смотрит на меня, а я продолжаю дальше:

– Во-вторых, нужно поблагодарить эту девушку за ее герпес. В-третьих, нужно поблагодарить саму болезнь, которая дает тебе сигнал и учит тебя. И наконец, необходимо пересмотреть с новыми позитивными чувствами все ситуации в своей жизни, в которых ты испытывал негативные мысли и чувства в отношении женщин. Не забудь свою мать включить в этот список.

Ведь это первая женщина в твоей жизни.

– Но на это нужно много времени. Да и трудно все это, вот так сразу изменить свое отношение.

– У тебя есть выбор. Или жить со старыми мыслями и притягивать в свою жизнь венерические болезни и «плохих» женщин. Или поменять старые мысли на новые и быть здоровым, имея хорошие отношения с женщинами. Что выбираешь?

– Конечно, второе.

Одной из известных всем причин венерических болезней является блуд и прелюбодеяние, которые приводят не только к болезни, но и к растрачиванию в жизни своей силы и эффективности.

Ко мне на прием пришел молодой мужчина и заявил, что у него сифилис.

– Как вы узнали о том, что у вас сифилис? – спросил я его.

– У меня появились странные ощущения в горле, боли в костях и какие-то прыщики на теле.

Я осмотрел его внимательно, но ничего существенного не обнаружил. Я сказал ему, чтобы он сдал анализы и пришел ко мне через неделю.

Через неделю он пришел в назначенное время.

– Доктор, я сдал анализы, даже два раза – все чисто. Но я почему-то уверен, что у меня сифилис или что я могу заболеть сифилисом. У меня в последнее время возник сильный страх заболеть этой болезнью.

Даже появились на теле какие-то прыщики. Помогите мне избавиться от этого страха.

Мы установили контакт с подсознанием и выяснили, что таким образом оно наказывает его за распутство и хочет научить его правильно относиться к женщинам, к своей жене, к семье, к сексу.

Дело в том, что еще в юности он вел разгульный образ жизни. А полтора года назад решил завести семью и начать новую жизнь. Через девять месяцев у него родилась дочка. А месяц назад он изменил жене впервые. Потом еще раз. И вот у него возник панический страх заболеть сифилисом. Даже появились какие-то надуманные симптомы.

В состоянии транса я договорился с его подсознанием, что оно создаст новые способы поведения и выработает у него новое отношение к себе как к мужчине, к семье, сексу, женщинам. И затем начнет внедрять их в жизнь.

Мы закончили сеанс, мужчина ушел, а я продолжал анализировать этот случай и другие. На первый взгляд поведение этого

мужчины можно назвать психотическим или мягче – странным. Но это только на первый взгляд. На самом деле в той ситуации, которая сложилась у него в жизни, его подсознательный разум выбрал самый подходящий для него способ защиты. Ведь мысли о болезни действительно заставили его задуматься о своем поведении.

Потом я вспомнил еще один интересный случай из практики. Эту историю рассказал мне 40-летний мужчина. Он пришел ко мне лечиться от половой слабости. В молодости он был очень симпатичен. Девушки буквально «вешались» ему на шею. Он, соответственно, вел разгульный образ жизни, встречался со многими, но ни разу не «залетел». И вот как-то одна женщина пригласила его к себе домой. Весь день у него были сомнения – идти или не идти. Под вечер его внутренний голос откровенно и настойчиво заявил ему: «Не ходи». Кроме того, буквально за час до выхода на улице разыгралась настоящая стихия: дождь со снегом, шквальный ветер. Но ни погода не остановила его, ни внутренний голос. Пошел. И вот в тот вечер он «подхватил» вен заболевание, от которого уже лечится двадцать лет, и привело это в итоге к половой слабости.

Я уверен, что каждый из нас получает в жизни те или иные знаки или интуитивные подсказки от подсознательного разума. Но всегда ли мы прислушиваемся к ним?

В моей врачебной практике еще не было встреч с больными СПИДом. И поэтому я могу только предполагать возможные причины исходя из картины развития самого заболевания.

К СПИДу приводят все те же причины, что и выше, плюс сильное чувство незащитности и безнадежности, разочарования в людях и в жизни. Такие люди верят в собственную никчемность и считают, что никому не нужны в этом мире. У них в подсознании сильная неприязнь к себе.

## ТЕЛО

Наше тело – это инструмент для восприятия мира, в котором мы живем. Оно напрямую отражает наши убеждения и наши мысли. Мы сами создаем болезни. И болезни – это сигналы, которые наше тело посылает нам. Нужно научиться их слушать и понимать.

Наше тело реагирует на каждую нашу мысль. Здоровьем и прекрасным самочувствием – на добрые мысли и проявления любви и заботы к нему. А болью и страданиями – на разрушительные мысли.

Мы сами выбираем себе тело. Поэтому глупо и даже опасно выражать недовольство своей внешностью. Наш высший разум сделал выбор именно в пользу того тела, которое есть у нас сейчас. И оно является самым подходящим инструментом для нашей жизни, для выполнения определенных функций в этом мире.

Наше тело – отражение наших мыслей. Поэтому, если мы хотим изменить наше тело, например сделать его более стройным, красивым, то необходимо изменить в подсознательной программе наши мысли. Очень важно полюбить и принять свое тело и свою внешность такими, какие они есть. И только потом действовать.

Левая сторона тела

Символизирует восприимчивость, поглощение, женскую энергию, женщину, мать.

Правая сторона тела

Символизирует мужскую энергию, мужчину, отца.

Не забывайте, что человек – существо целостное. В нем циркулирует как мужская, так и женская энергия. В восточной философии уделялось очень много внимания правильной циркуляции и гармонии энергий мужского начала – ян и женского начала – инь. Обмен этих двух видов энергий должен быть уравновешен. То есть между мужским началом и женским должна существовать гармония.

Как узнать, есть ли равновесие между мужской и женской энергией в вашем теле? Это сделать очень легко. Ваши взаимоотношения с женщинами/мужчинами в жизни отражают взаимодействие внутренних энергий. Проанализируйте свои отношения с противоположным полом. Начинайте со своих родителей. Если у вас есть хоть малейшие негативные мысли в отношении родителей и противоположного пола, то это значит, что равновесие нарушено, а это, в свою очередь, приводит к всевозможным страданиям: сколиозу, болезням половой сферы и другим. Пересмотрите свое отношение к родителям, так как отец в жизни ребенка символизирует мужское начало Вселенной, а мать – женское. Избавьтесь от негативных мыслей в

отношении самого себя и противоположного пола. Таким образом, вы уравновесите мужское и женское в своей жизни, в своем теле, левое и правое.

Полнота, избыток веса, ожирение

Я уже писал выше о том, что состояние нашего тела в данный момент времени – это отражение наших мыслей, чувств и эмоций. Если у вас есть лишний вес, то не спешите искать чудодейственную таблетку. Обратитесь внутрь себя – причины там. Не надо насиловать себя и свое тело. Изнурять его голодом и разными диетами. Конечно, таким образом можно добиться определенного результата на некоторое время. Но если вы кардинально не измените своего отношения к себе самому, то полнота опять вернется.

Вот некоторые мысли и чувства, отражением которых может быть полнота.

Страх и потребность в защите. Часто полные люди чувствуют себя незащищенными. А жир выполняет защитную, буферную функцию.

Я обнаружил, что полные люди очень чувствительны, но так как они не могут справиться со своими чувствами, то жир символически помогает им притупить нежелательные эмоции и переживания.

Полнота – это одно из проявлений недовольства и ненависти к себе. Вы настолько сильно недовольны собой и так часто критикуете и ругаете себя, что ваше тело вынуждено защищаться.

К одной моей знакомой в парикмахерскую приходила одна женщина невероятных размеров. Она ненавидела и презирала толстых людей.

– Эти безобразные жирные люди, ужасные жирные складки, смотреть противно. Да я их просто ненавижу, – говорила она, как только видела себе подобных.

Всех людей с лишним весом объединяет одно качество – нелюбовь к себе.

Когда ко мне приходят такие пациенты, для начала я их обучаю любить себя, принимать свое тело.

Многие женщины начинают набирать вес после родов. Они связывают это с гормональной перестройкой организма, да и врачи говорят то же самое. Но разве в этом причина? Ведь есть женщины,

которые рожают и двоих, и троих детей, и даже больше, но при этом остаются стройными. Конечно, гормональные изменения в организме рожающей женщины происходят: изменяется содержание кальция в костях, расширяется таз, на долю миллиметра удлиняется нос, немного тяжелеет подбородок и др. Но не в этом причина полноты. Причина в том, что с рождением ребенка женщина меньше уделяет себе внимания. Все внимание – ребенку. И это грубая ошибка.

Я считаю, что после рождения ребенка женщина должна себе уделять внимания в два раза больше, чем до его рождения. Она должна начать делать это уже во время беременности. Причем внимание должно уделяться не столько своей внешности (хотя и это обязательно), сколько своим мыслям, чувствам, своему поведению. Ведь здоровье ребенка целиком зависит от состояния мыслей и эмоций его родителей. Поэтому, чем больше любви и спокойствия будет в матери, тем здоровее будет ребенок. А значит, будет меньше бессонных ночей.

На прием ко мне пришла женщина, которая несколько месяцев назад родила ребенка. Сразу после родов она начала поправляться. Обратившись к подсознанию, мы выяснили, что причина ее полноты в негативном отношении к себе.

– Да, – согласилась женщина, – это так. Я всегда была недовольна собой. Еще до рождения ребенка. Даже еще до замужества. Я всегда искала и находила в себе какие-нибудь недостатки.

– Думаю, – сказал я, – полнота заставит вас подругому к себе относиться.

– Вы правы.

– Есть ли еще какие-нибудь причины полноты? – попросил я ее задать вопрос подсознанию.

– Да, доктор, есть, – ответила пациентка, выходя из состояния транса. Она хотела что-то сказать, но слезы потекли у нее из глаз. После того как успокоилась, она продолжала: – После рождения ребенка наши отношения с мужем изменились, – рассказывала она, вытирая глаза платком. – Он стал каким-то другим. Уже нет любви и удовлетворения в наших отношениях. Поэтому я и стараюсь получить удовлетворение хотя бы от еды.

– Но ведь вы сами себя не любите, а хотите, чтобы вас любил муж. Ваш муж всего лишь отражает ваше отношение к себе самой. Все очень просто! Начните любить себя, и вы увидите, как муж изменит к вам отношение.

Далее мы создали новые способы поведения в подсознательной программе. Затем я рассказал о правильном питании и подобрал гомеопатические лекарства для нормализации обмена веществ.

Через месяц ко мне на прием пришла совершенно другая женщина: красивая, стройная, подтянутая.

– Доктор, вы знаете, мужа своего не узнаю. Такое ощущение, что у нас медовый месяц. Завтра к вам приведу свою подругу. Она тоже хочет похудеть.

Полюбить и принять себя – это очень важно. Если вы недовольны собой, то обязательно должно быть внешнее проявление этого недовольства. Внешнее отражает внутреннее. Давно замечено, что, когда человек любит себя, его тело принимает идеальный вес и форму. Очень часто человек дефицит любви и удовлетворения в жизни пытается заменить едой, так как душа не терпит пустоты.

Одна моя пациентка внушительной комплекции рассказывает мне:

– Доктор, вы знаете, как только я увлекаюсь каким-либо мужчиной, то есть когда у меня в жизни возникает любовный роман, я сразу худею и обретаю свой идеальный вес. Но после разрыва отношений снова полнею.

– Я знаю один такой случай, – рассказываю я ей. – Одна моя знакомая, очень полная женщина, отдыхая летом в Ялте, познакомилась с одним известным певцом. Провела с ним всего одну только ночь.

Но это очень сильно отразилось на ее внешности.

Всего одна ночь! А похудела, вернувшись домой, килограммов на двадцать. Находясь еще под впечатлением от этой встречи, она занялась собой: поменяла прическу, начала следить за питанием, стала ходить на шейпинг и массаж.

– И у меня такая же история, – подтвердила пациентка. – Только артисты еще не попадались.

– Зачем же нужна в таком случае моя помощь? – спрашиваю я. – Познакомьтесь с мужчиной и влюбитесь – и проблема решена.

– Ну, это тяжело, так сразу, – отвечает она. – Сначала нужно встретить такого мужчину.

– Так я вряд ли смогу стать героем вашего любовного романа, – говорю ей. – Вы, конечно, привлекательная женщина, но мне нравится другая. В моей жизни уже начался любовный роман, и я его не собираюсь прерывать.

Женщина смеется:

– Доктор, ну вы же знаете, что я имела в виду.

– Конечно. Мы выберем другой способ. Мы вызовем у вас состояние хронической влюбленности, и лишние килограммы исчезнут. Вы будете всегда стройной и красивой, независимо от того, есть у вас мужчина или нет.

Скрытый гнев и нежелание прощать также могут быть причиной полноты. Замечено, что полные люди очень обидчивы. Обиды способствуют накоплению жировых отложений. Если вы помните из первой книги, обида – это стремление изменить отношение к себе, то есть стремление любить, уважать и ценить себя. И опять все сводится к любви, к изменению отношения к себе.

Одна моя пациентка, молоденькая девушка, после первого сеанса похудела на четыре килограмма, но потом процесс остановился. Из общения с подсознанием мы выяснили, что ей мешают дальше похудеть ее обиды на своего отца и на его новую жену. Дело в том, что, когда моей пациентке было четырнадцать лет, отец развелся с матерью и ушел жить к другой женщине. Именно тогда девочка и стала поправляться.

Осознав причины и изменив отношение к своему отцу и его личной жизни, девушка смогла обрести идеальный вес.

Беспокойство матери по поводу здоровья детей может привести к ожирению. Это происходит потому, что часто связываются такие понятия, как здоровье и хорошее обильное питание.

У меня был один интересный случай. Ко мне на прием пришла очень полная женщина. Поправляться она начала во время беременности, а после родов растолстела еще больше.

– Доктор, – попросила она меня, – спасите меня от обжорства. Я уже себя ненавижу. Прячусь от знакомых, чтобы их не пугать своим видом.

Пациентка оказалась прекрасным гипнотическим субъектом. Из общения с подсознанием мы выяснили, что та часть подсознания, которая вызывала чрезмерный аппетит, заботилась о здоровье ее сына, которому недавно исполнилось девять лет. Оказывается, что, как только женщина забеременела, ее мать постоянно внушала ей: «Если хочешь, чтобы твой ребенок был здоров, ешь как следует». Все девять месяцев беременности она прожила в доме матери, и та каждый день делала ей соответствующие внушения. Кстати, сама мать этой женщины была очень толстой. Во всей этой истории интересно то, что пациентка действительно могла похвалиться здоровьем своего сына. Но какой ценой! Ее подсознание просто не знало других способов поведения для заботы о здоровье ребенка.

Очень часто обжорство является невротическим способом для осуществления позитивных подсознательных намерений. Обжоры наделяют пищу какими-то специальными свойствами, помимо того, что связано с удовлетворением физиологического голода. Например, с помощью еды человек стремится заполнить эмоциональную пустоту. В подсознании устанавливается связь: заполнение желудка – заполнение эмоциональной пустоты, достижение полноты эмоционального состояния. Это может означать быть связанным с людьми, быть любимым и ценимым. Отсутствие любви и удовлетворения в жизни приводит к тому, что человек использует еду как средство для быстрого и сиюминутного получения удовольствия. Но так как это самообман, то организм постоянно требует новых и новых порций.

Хотелось бы сказать еще вот о чем. Надейтесь только на свои внутренние ресурсы, а не на волшебные лекарства. Если вы рассчитываете на помощь химических средств, то вы отрицаете свою внутреннюю силу. Процесс обретения идеального веса – это прежде всего работа над собой: внутренняя и внешняя. Внутренняя – это приведение своих мыслей и намерений в состояние гармонии и равновесия. Внешняя – это очищение организма от шлаков, изменение обмена веществ, правильное питание, регулярная физическая нагрузка для поддержания мышц в тонусе.

## СУСТАВЫ

Символизируют смену направлений в жизни и легкость движений.

Артрит, ревматизм

Эта болезнь приобретается от постоянной критики себя и других. Люди с больными суставами всегда и во всем стремятся быть «совершенством» и хотят, чтобы окружающий мир был совершенен. И это становится «невыносимой ношей» для них. Разве можно критикой и осуждением сделать что-то или кого-то лучше? Можно ли злом победить зло?

Я заметил такую особенность: люди с ревматизмом обычно притягивают к себе людей, которые их постоянно критикуют, потому что

они сами очень критично настроены к окружающим. Помните? Подобное притягивает подобное.

В мыслях таких людей очень много насилия, но сами они очень критично настроены по отношению к различным проявлениям силы. Они испытывают сильный дефицит любви к себе и к окружающему миру, не любят себя и чувствуют, что их тоже не любят.

Эти люди относятся к жизни так, как будто жизнь тяжела и невыносима. Они чувствуют, что на них навалилось слишком много. Но это они сами взваливают на себя непосильную ношу.

Как заявила мне одна пациентка с больными суставами:

– Я терпеть не могу, когда на меня давят. Я не выношу этого.

Почему артрит часто встречается у пожилых людей? Потому что они «застаиваются», «затвердевают» в своих убеждениях, становятся негибки.

Иногда артрит – это физическое препятствие перед запуском гнева, злости и ненависти. Когда человек хочет кого-то или что-то ударить, подсознание сдерживает его подобным образом.

Ко мне на прием пришла женщина с артритом. Болезнь появилась у нее несколько лет назад. С помощью гормонов и противовоспалительных средств удавалось притормозить развитие болезни, но болезнь все равно неуклонно прогрессировала. Сама пациентка рассказала мне, что болезнь появилась у нее после стресса.

– Пять лет назад я пережила сильнейший стресс, – рассказывала женщина. – Мы тогда с мужем жили в другом городе. Однажды моего сына сильно избили подростки. Когда он вошел в дом, то смотреть на него было больно. Мой муж был охотником, и у него было ружье. Он схватил ружье и с криком: «Яубью этих мерзавцев!» – подбежал к двери квартиры. Но я вцепилась в него мертвой хваткой и не выпустила до тех пор, пока он не «остыл». И буквально через неделю у меня начало крутить суставы.

Обратившись к подсознанию, мы выяснили то поведение, которое привело к созданию такой стрессовой ситуации. Осознав причины ситуации, а следовательно, и причины болезни, женщина почувствовала себя гораздо лучше. В дополнение я подобрал для нее гомеопатические лекарства. И уже через несколько месяцев постепенно исчезли все симптомы болезни, которая длилась много лет.

Этот случай в очередной раз убедил меня в том, как важно устранить истинные причины заболевания.

## ШЕЯ

Символизирует гибкость. Способность видеть то, что происходит рядом и за спиной. Проблемы с шеей (например, ригидность мышц) – это упрямство, отсутствие гибкости, нежелание видеть другие стороны вопроса.

У меня была одна пациентка, у которой всякий раз, когда она не соглашалась со своим мужем, появлялась кривошея.

– Он как начнет молотить всякую чепуху, – говорила она, – так я демонстративно отворачиваюсь от него и стараюсь не слушать.

У другой женщины, как только она проявляла упрямство или начинала критиковать, тут же деревенела шея.

## СПИНА

Спина – это символ опоры жизни. Позвоночник символизирует гибкую опору жизни.

Проблемы со спиной и позвоночником отражают отсутствие опоры и поддержки в жизни. Вы воспринимаете жизнь как непосильную ношу, как постоянное перенесение жизненных тягот.

Ко мне на прием пришла женщина, у которой недавно был перелом позвоночника. Когда мы стали выяснять подсознательные причины травмы, она сказала:

– Вы знаете, доктор, я никогда не чувствовала поддержки от своего мужа.

– Поддержки в чем? – спросил я ее.

– Ну, вы же знаете, что женщина всегда хочет чувствовать в мужчине опору. А я ее не ощущала. У меня было такое чувство, что он не любит меня, а только живет со мной из-за детей. Да и материальной поддержки особой не было.

Очень часто страх за деньги, за свое материальное благополучие приводит к проблемам с нижней частью спины.

Недавно зашел к своему другу в гости.

– Слушай, – спрашивает он меня, – сегодня целый день поясницу тянет, в ногу отдает. С чем это связано?

– У тебя есть какие-то переживания, связанные с деньгами, – говорю я ему.

– Точно! Сегодня утром передал большую сумму денег и не знаю, вернутся они мне или нет.

Когда ко мне приходят люди с остеохондрозом позвоночника, то часто от них можно слышать такие фразы:

– Я взвалила все это на свои плечи.

– Я беру на себя в жизни слишком много.

– Это для меня непосильная ноша.

– У меня такое ощущение, что сын уселся мне на плечи и свесил ножки.

– Это мой «крест», и я должен пронести его через всю жизнь.

Передо мной сидит молодая женщина. Причина, которая заставила ее обратиться к врачу, – боль в спине.

– Доктор, я всю жизнь тяну на себе всех и все. Я зарабатываю больше, чем мой муж, и поэтому меня считают «кормилицей» и «добытчицей». А еще я помогаю своим родителям. И еще у меня в жизни есть свой «крест». Это мой брат – инвалид. Я ему тоже помогаю. Если бы вы знали, как я устала, как мне хочется сбросить с себя эту тяжелую ношу. Помогите мне! Научите меня заботиться о своих близких с чувством радости и легкости.

Я считаю, что мы должны с радостью переносить все перипетии жизни. Ведь только наше отношение к жизни превращает ее в обузу. И поэтому, прежде чем брать на себя, на свои плечи чужие проблемы, разберитесь сначала со своей жизнью. Внесите в свое мировоззрение новшества: научитесь видеть, как жизнь заботится о вас и поддерживает вас.

Я прочувствовал на себе, как по мере взятия на себя ответственности за свой мир жизнь моя стала гораздо легче. С моих плеч свалилось тяжелое бремя чувства вины, обид, критики и осуждения.

Мы обратились к подсознанию пациента, который недавно сильно растянул связки голеностопного сустава.

«Какое позитивное намерение ты для меня хотело осуществить с помощью этой травмы?» – спросили мы его подсознание.

«Я забочусь о твоей безопасности», – получил пациент мысленный ответ.

Оказывается, накануне травмы мужчина должен был заключить с одной фирмой сделку на большую сумму денег. У него были сомнения в законности этой сделки, но он все же решил идти. И вот, уже выходя из своего дома, он споткнулся на ступеньках и подвернул ногу. Травма заставила его остаться в тот день дома.

– А вы знаете, через неделю эта фирма лопнула, – сообщил пациент. – Но я как-то не связывал эти два события. Хотя и был рад, что меня пронесло. Но почему мое подсознание выбрало именно такой болезненный способ заботы обо мне?

– Наверное, по-хорошему не понимали.

– Это точно. Еще когда я познакомился с этими людьми, у меня уже было предчувствие чего-то плохого, но я не обратил на это внимания.

## НОГИ

Состояние ног отражает то, как мы идем, продвигаемся вперед по жизни.

**Заболевания ног, проблемы с ногами**

Это сильный страх перед будущим. Нежелание или страх двигаться вперед по жизни.

У мужчины началось заболевание сосудов нижних конечностей. Мы выяснили подсознательную причину – это страх за будущее своих детей.

Отсутствие цели в жизни или неправильно выбранное направление могут стать причинами проблем с ногами.

## КОЖА

Защищает нашу индивидуальность. Кроме того, это огромный по площади и возможностям орган восприятия.

**Заболевания кожи**

Я считаю, что кожных болезней не бывает вообще. Есть внутренние болезни с внешними проявлениями на коже. Поэтому абсурдно

и даже вредно использовать мази. Замазывая внешние проявления, мы тем самым загоняем болезнь внутрь. Использование наружных средств – это не лечение, а подавление болезни. Любая болезнь – это сигнал о том, что человек в своей жизни совершает пагубные действия или допускает в свою душу негативные мысли и эмоции. Тем более это очевидно при кожных болезнях.

На уроках гистологии в медицинском институте будущих врачей учат, что нервная ткань и кожа при формировании плода происходят из одного зародышевого листка. Так почему же медицина до сих пор не обращает на этот факт никакого внимания и продолжает всем больным с высыпаниями назначать мази, да еще и гормональные?

Лично я признаю всего три «кожные» болезни (и то с большой натяжкой), при которых можно использовать наружные средства. Это чесотка, лишай и вшивость (педикулез). Но в таких случаях, наряду с использованием наружных средств, необходимо проводить глубокую «чистку» организма и подсознания.

Болезни кожи – это старая, глубоко скрытая муть, грязь, что-то отвратительное, стремящееся наверх. Кожа в таком случае действует как предохранительный клапан, через который все это выходит наружу. Кожные проявления болезни – это глубоко подавленные эмоции, загрязняющие душу, от которых организм стремится освободиться. Это может быть тревога, страх, ощущение постоянной опасности. Или раздражение в адрес кого-либо. Брезгливость и нетерпение. А также злость, ненависть, обиды и чувство вины.

Другая возможная причина – вы чувствуете себя беззащитным. Ведь кожа выполняет защитную функцию. Нарушено ваше здоровье и спокойное восприятие окружающего мира.

Вот некоторые фразы, которые могут указать на причину:

Что-то раздражает;

Руки так и чешутся сделать это;

Зуд к некоторым вещам;

Я запятнал себя.

Аллергия, крапивница

Это заболевание – признак отсутствия эмоционального самоконтроля. Ваше подсознание, таким образом, выводит наружу те чувства и эмоции, которые вы в себе подавляете (буквально – которые

загрязняют вашу душу). Например: раздражение, обиды, жалость, злость.

Если у вас аллергия, то это значит, что вы кого-то или что-то в своей жизни не переносите, не принимаете. Это может быть кто-то из людей, какая-то сфера жизни или какая-то ситуация. Продукты или вещества, которые провоцируют аллергическую реакцию, – это не причина аллергии. Причина внутри, а не снаружи.

На прием пришел мужчина с крапивницей. Мы выяснили подсознательные причины болезни. Ими оказались раздражительность, гнев и обиды. Началось заболевание три дня назад, после того как у него на работе произошел конфликт с начальством. Он никак не мог сдержать в себе негативные эмоции.

Я объяснил ему, что причина конфликтной ситуации на работе скрыта в нем самом, и вместо того, чтобы обвинять начальство, он должен разобраться в самом себе и изменить отношение к своей работе (которую он, кстати, не любил), к себе и начальнику.

Буквально на следующий день после того, как он осознал причины конфликта, кожа полностью очистилась. Этот мужчина не стал замазывать болезнь или подавлять ее таблетками. Он воспринял ее как сигнал. Таким образом, болезнь для этого мужчины явилась толчком для саморазвития.

Аллергии часто бывают у детей, так как дети, в отличие от взрослых, еще не научились контролировать свои эмоции. Аллергическая реакция у детей – это отражение поведения родителей.

Ко мне на прием часто приходят родители с детьми – аллергиками. Гомеопатия всегда давала прекрасный эффект. А когда я стал сочетать прием лекарственных средств с «чисткой» подсознания, то результаты стали еще лучше.

Вот на приеме у меня женщина, мать двоих детей: одному девять лет, а другому – четыре.

– Скажите, доктор, – спрашивает она меня, – почему у старшего нет аллергии, а у младшего очень сильная аллергическая реакция? Любые заболевания, даже простудные, он переносит в очень тяжелой форме.

– А какой у вас был эмоциональный фон во время первой беременности и во время второй? – спрашиваю я.

– Я поняла, о чем вы говорите, – отвечает женщина. – Действительно, во время первой беременности я была спокойна, а вот вторая... Моя мать настаивала на том, чтобы я сделала аборт, но я ее не послушала.

– Почему?

– Она говорила, что второго ребенка иметь рано, что мы его материально не осилим.

– Вот именно ваши отношения с ней тогда, да и сейчас тоже, и есть причина аллергии вашего младшего сына. Ваши негативные мысли и эмоции и мысли вашей матери сейчас создают аллергический фон.

– Но как же я могла еще отреагировать на такое ее отношение? – удивляется женщина.

– Ну во-первых, ваша мать всего лишь отражала ваши собственные страхи и сомнения. Во-вторых, она ведь настаивала на аборте, желая вам материального благополучия. Вот сейчас вы имеете и ребенка, и деньги. Получается, что ваша мать помогла вам и в том и в другом. А вы сохраняете неприязнь к ней и обиды.

– Так что же мне делать?

– Пересмотреть все события того времени с новыми чувствами и эмоциями. На первом месте должно быть чувство любви. Необходимо простить свою мать и изменить к ней отношение, поблагодарить ее. Помните: «Почитай родителей своих». Вы должны осознать, что причина поведения вашей матери была скрыта в вас самой.

Ученые обнаружили интересный факт: аллергические реакции под гипнозом или под наркозом отсутствуют. То есть именно сознание играет здесь первичную роль.

Это заболевание явно указывает на вашу нетерпимость к чему-либо в этом мире.

Если у вас аллергия, значит, вы скрываете, подавляете в себе агрессию. Все эти чувства ищут выход наружу.

Для излечения нужно обратиться внутрь себя, честно и смело посмотреть на то, чего вы избегаете. Пересмотреть свое отношение. Не нужно делать мир стерильным. Не нужно страшиться жизни. Принимайте все ее проявления. Помните золотое правило: «Любую силу в этом мире можно использовать во благо».

Сыпь, зуд

Сыпь – это любое раздражение, выходящее наружу через кожу. Вас что-то не устраивает, и вы скрываете свои чувства. Но все скрытое становится явным – ваша кожа выдает ваши эмоции.

Это может быть также и чувство вины. Вы «запятнали» себя какими-то действиями.

Ко мне на прием пришла женщина с шелушащимися пятнами на лице. Причина – чувство вины перед мужем.

Несколько месяцев назад она изменила ему и тем самым «запятнала» свою честь, свое лицо. С одной стороны, хотела ему во всем признаться, а с другой – боялась. А подсознание сделало ее чувства явными.

К зуду может привести подавление наших желаний. Помните выражение: «Руки чешутся сделать это». Или у вас есть желания, которые вам не по нутру и не вяжутся с действительностью.

Неудовлетворенность в жизни может привести к зуду и покраснению кожи. Зуд – подсознательный аналог либидо, а расчесывание кожи заменяет символически акт удовлетворения. То есть вы хотите получить удовлетворение, но это не стыкуется с вашими моральными убеждениями.

У одной моей пациентки был зуд наружных половых органов. Практически каждый вечер, ложась в постель, она расчесывала это место. Причина – неудовлетворенность сексуальной жизнью со своим мужем. Таким образом, ее подсознание давало ей возможность обратить на себя внимание как на женщину.

Сыпи у детей – это сигнал родителям к пересмотру их поведения, отношения друг к другу. Любые негативные эмоции матери во время беременности, и даже за год до беременности, могут стать причиной тяжелых заболеваний у детей.

В моем кабинете сидит молодая мама с маленькой девочкой. У девочки лимфатический диатез. Кожа сухая и покрыта сыпью, которую ребенок постоянно расчесывает. Мази и таблетки уже испробованы и не дали результата.

Тестируя подсознательную программу поведения, мы выяснили, что причина диатеза в поведении матери во время беременности. Во-первых, она сначала не хотела рожать ребенка. Тем самым запустила в подсознании девочки программу самоуничтожения.

Во-вторых, почти вся беременность сопровождалась конфликтами с мужем. В результате через год они развелись.

Ребенок своей болезнью показывал матери, что ей необходимо изменить свое поведение.

Я дал матери гомеопатические лекарства для ребенка, кроме того, мы с ней составили специальную молитву для нейтрализации ее негативных мыслей в отношении детей и мужчин, которую она

должна была читать в течение определенного времени. Уже через месяц кожа ребенка была чистой.

Раздраженная кожа дает вам сигнал о том, что в вашей жизни не хватает спокойствия и ласки, внимания и поглаживания. Обратите на себя внимание. Займитесь нуждами своего тела.

#### Экзема, нейродермит

Это крайне сильный антагонизм, неприятие. Вы кого-то или что-то в своей жизни отвергаете или отторгаете.

Мужчина очень сильно обиделся на свою жену, и спустя некоторое время у него сначала появилось воспаление головки полового члена, а затем – экзема на правой руке. Мало того, как потом выяснилось, у него в подсознании действовала переданная ему от отца программа уничтожения женщин, выражавшаяся в недоверии к ним. Болезнь на какое-то время нейтрализовала эту программу. Получается, что излечиться от болезни он сможет только в том случае, если изменит свое отношение к женщинам и к себе как к мужчине.

Как правило, к экземе и нейродермиту приводят психические срывы, то есть сильные стрессы. В такие моменты жизни выходит наружу колоссальная агрессия.

Ко мне на прием пришел мужчина с экземой кистей рук.

– Вот, доктор, посмотрите, что у меня с руками.

Терпеть больше нельзя. Сделайте что-нибудь.

Руки были в ужасном состоянии: покрыты гнойными корками, из-под которых сочился гной. Мази и прочие средства были испробованы, но ничего не помогало. Больной мучился и страдал от невыносимого зуда и жжения.

Ко мне он обратился как к врачу-гомеопату, но в то время я изучал гипноз и решил узнать о причинах болезни от подсознания. Мы легко установили контакт с подсознанием, и я спросил его:

– Скажите, были ли какие-то события в прошлом, которые послужили причиной развития этого заболевания?

– Да, – ответил пациент, находясь в состоянии транса.

– Расскажите об этих событиях подробнее, – попросил я его.

– Это случилось два месяца назад, – начал он. – Я давно подозревал, что моя жена мне изменяет. И вот однажды я застал ее с

любовником в машине. Во мне столько было обиды, ненависти и злости, что появилось желание облить машину бензином и сжечь их там.

– Для чего же тогда ему нужна эта экзема? – спросил я, обращаясь к подсознанию.

– Для того чтобы сдержать его сделать это, – ответил мне мужчина от имени подсознания.

Вот так ревность может стать причиной развития кожной болезни.

Экзема у детей обязательно связана с поведением родителей. А позднее, когда ребенок вырастет, уже сам формирует себе болезнь, основываясь на старых мыслях своих родителей и на старых своих переживаниях.

На повторный прием пришла 18-летняя девушка. Лет с трех у нее экзема или нейродермит (название не важно) на сгибах суставов. Родители все это время мазали пораженные места мазями, загоняя тем самым болезнь глубже вовнутрь. Первый курс гомеопатии дал сильное обострение, после которого наступило заметное улучшение. Я уже по опыту знал, что если такие случаи лечить только гомеопатическими средствами, то требуется очень длительное время и упорство.

– Доктор, а нельзя ли вылечиться побыстрее? – задала мне вопрос пациентка.

– А насколько сильно твое желание вылечиться быстрее? – спросил я ее в ответ.

– Я этого очень сильно хочу, – сказала она. – Я готова выполнять все, что вы скажете. Моя мама говорила мне, что вы что-то внушаете в подсознание, и болезнь проходит.

– Я ничего не внушаю, – ответил я. – Я просто помогаю моим пациентам осознать истинные причины болезни и устранить их. Но я только помогаю. Пациент сам устраняет эти причины. Все зависит от его собственных усилий и желаний. Ведь люди сами создают себе болезни, а значит, сами должны их устранить. Врач не лечит болезнь – он помогает больному стать здоровым.

– Я готова. Скажите мне, какие у меня причины?

– Как ты относишься к своему отцу? – спросил я ее, глядя ей в глаза.

– Нормально, – ответила она безразлично и как-то холодно, отводя свой взгляд в сторону.

– Объясни мне, пожалуйста, что значит «нормально»? – попросил я ее.

Накануне я беседовал с ее матерью, которая сама обратилась ко мне за помощью, и выяснил для себя причины болезни как матери, так и дочери. У матери к отцу девочки практически никогда не было теплых чувств. Он часто выпивал. А женщина жила с ним вместе ради ребенка. Любовь из их семьи давно ушла, а остались только старые обиды, раздражение, осуждение и презрение. А в последнее время появилось даже безразличие и равнодушие.

– Я его просто стараюсь не замечать, – сказала девушка, но голос ее уже изменился. – Раньше были обиды и презрение, но сейчас какое-то равнодушие.

– Ты сказала мне, что готова выполнить все, лишь бы вылечиться. Так вот, ты сможешь иметь здоровую кожу только тогда, когда в твоей душе будет любовь к твоему отцу.

– Я не смогу этого сделать.

– Почему?

– А за что мне его любить? – говорит девушка дрожащим голосом. – Он всю мою сознательную жизнь унижал меня и мою мать, не давал нам нормально жить, пьянствовал. И за это я должна его уважать?

– Нет, не за это. А за то, что он твой отец. Ты должна понять, что твоя мать сама выбрала себе такого мужчину. Да и ты тоже выбрала себе такого отца.

– Как это я его себе выбрала?

– Бог дает нам именно таких родителей, каких мы сами заслуживаем. Поднимись выше земной логики.

Прими и полюби своего отца просто за то, что он твой отец и дал тебе жизнь. И за то, что он самый лучший для тебя отец. Начни замечать в нем только хорошее.

По отношению к родителям должны быть только любовь и уважение, а не презрение и обиды. Одна из заповедей гласит: «Почитай родителей своих». Любовь не может и не должна зависеть ни от чего в этой жизни, ни от каких земных ценностей. Твоя мать не любила ни себя, ни твоего отца. И пил-то твой отец именно из-за дефицита любви.

– Откуда вы это знаете?

– Я разговаривал с твоей матерью накануне. Если ты возродишь в своей душе любовь, то у тебя есть шанс не только излечиться самой, но и помочь своим родителям. Когда человек любит, он создает пространство любви вокруг себя, которое очень сильно влияет на окружающих людей.

Я вижу, что глаза у девушки стали влажные, черты лица мягче. Другая бы, наверное, давно бы расплакалась, но она держится. И все-таки внутри нее стали происходить изменения. – А ты любишь себя? – спрашиваю я ее после не большой паузы.

– Наверное, не очень. Иногда я себя ненавижу.

Мы продолжаем беседу дальше.

В таких случаях выздоровление может прийти только после большой работы над собой. Если ребенок уже взрослый, то можно работать с ним, а если маленький, то меняться нужно родителям. Не кожу нужно чистить, а помыслы. Очищение изнутри приводит к очищению снаружи.

#### Псориаз

Сильное чувство вины и желание самонаказания может стать причиной развития псориаза.

Ко мне на прием пришел молодой мужчина с псориазом. Болезнь появилась год назад. Мы установили контакт с его подсознанием, и он обратился внутрь себя:

– Какое мое поведение привело к болезни?

По мере того как он задавал вопрос, цвет его лица стал меняться и все лицо залила краска стыда.

– Доктор, я понял, в чем причина, – сказал он. – Можно я не буду говорить вам об этом?

– Конечно можно, – ответил я. – Любую информацию, которую вы получаете от своего подсознательного разума, вы вправе оставить при себе.

– Нет, пожалуй, я скажу вам, – решился мужчина.

И он поведал мне, как год назад «запятнал себя», изменив своей жене с женой своего друга. И вот это «двойное» чувство вины привело его к болезни. Интересно еще и то, что у его жены также был псориаз. И когда он смотрел на свои пятна, то тут же вспоминал свою жену и испытывал чувство вины.

Я обнаружил, что псориаз возникает после стрессовых ситуаций. Во время таких чрезмерных психических нагрузок люди буквально умерщвляют какие-то свои чувства, например чувство доверия, любви или безопасности.

У одного мужчины начался псориаз после того, как его обманули, в результате чего он потерял большую сумму денег.

– После этой ситуации я потерял доверие к людям, – рассказывал он мне.

У женщины начался псориаз после смерти своего отца.

– Я потеряла самого любимого человека в жизни, – говорила она со слезами. – Для чего мне теперь жить?

Еще я заметил, что больные псориазом очень брезгливы. У некоторых из них буквально «пунктик» на чистоте. А вы помните из первой части книги, что чувство брезгливости отражает сильную ненависть и презрение к чему-либо в этом мире. В подсознании работает программа отречения, и это сказывается на коже.

– Я ненавижу эту страну, – говорит мне молодой мужчина. Болезнь у него уже давно. – Я ненавижу эти грязные улицы. Я презираю хамов и негодяев, завистников и льстецов. Самое большое наслаждение для меня, – продолжает он, – это лежать весь день в чистой накрахмаленной постели с чистой женщиной и пить хорошее вино, есть хорошую пищу.

При этой болезни неестественно усиливается ороговение кожи. Кожа в пораженных местах становится грубой. Это явное указание на то, что человек хочет защититься от окружающего мира.

Больному псориазом важно понять, что он живет в чистом, гармоничном и безопасном мире. И не просто живет, а создает его сам.

#### Витилиго

Это чувство полной отчужденности от всего или от многого в этом мире. Самоизоляция. Вы как бы не в своем круге, не чувствуете себя полноправным членом общества.

У одного моего пациента, совсем молодого парня, несколько лет назад началось витилиго. Депигментированные пятна появились на теле и на лице. Юноша был очень худой, стеснительный, с тонким тихим голоском, напоминающим девичий. У него сформировался комплекс неполноценности, который привел его к отчужденности от своего круга общения. Юноша буквально изолировал себя от общения со сверстниками.

Я назначил ему гомеопатические лекарства, так как у него были и другие сопутствующие заболевания, и вместе с ним мы создали новые способы поведения.

Уже после первого курса лечения у юноши одни пятна уменьшились, а на других стали появляться островки пигмента.

#### Прыщи, угри

Недовольство собой, своей внешностью – это главная причина появления угревой сыпи. Угри, как правило, появляются в период полового созревания, и как раз в это время у юношей и девушек остро возникает вопрос о своей внешности и привлекательности. В это время любое неприятие себя и своей внешности тут же отразится на лице.

Сколько усилий приходится затрачивать молодым людям, чтобы скрыть «недостатки» и улучшить хоть немного свою внешность! С помощью этой болезни они проходят урок любви к себе и учатся принимать себя и свою сексуальность такими, какие они есть.

Новая, неведомая доселе энергия начинает управлять жизнью молодого человека. Она требует выхода наружу. И в то же время сдерживается, загоняется внутрь под влиянием морали. В этот период очень важна поддержка взрослых. Во многих племенах до сих пор сохранились<sup>1</sup> специальные ритуалы посвящения.

В период полового созревания сальные железы начинают активно работать. Для чего? Да для того, чтобы смазать тело, улучшить контакт. При возникновении угрей железы засоряются, закупориваются и воспаляются. Поэтому очень важно очистить свое сознание от «грязных» и «воспаленных» мыслей в отношении противоположного пола и секса. Нужно открыться для нового в своей жизни. Нужно успокоиться. Воспринимать сексуальность как естественную силу этого мира. Всему свое время.

#### Фурункул

Это гнев, выходящий наружу. Постоянное кипение и бурление внутри.

Захожу недавно к своему другу, а у его жены огромный фурункул на правой щеке. Они уже знакомы с моей моделью, и поэтому жена сразу спрашивает меня:

– Скажи мне, с чем это связано?

– А ты разве сама не знаешь? На кого ты злилась в последнее время?

– Как на кого? – отвечает она. – На мужа, конечно.

#### Вшивость

Вы позволяете другим «копошиться» в вашей голове и в ваших мыслях, вмешиваться в ваши мысли и в вашу жизнь.

У ребенка одной моей пациентки появились вши. У своего подсознания она узнала причины.

– Вы знаете, доктор, – добавила она, – у меня есть привычка говорить и думать о себе не от первого, а от третьего лица: «Она подумала», «Зачем ей это нужно?» и т. д.

#### Грибок, эпидермофития стоп

Я обнаружил, что люди, у которых есть так называемый грибок, сильно цепляются за старые переживания и обиды.

Ваши старые отсталые убеждения давно «заплесневели». Вы не хотите расставаться с прошлым и позволяете ему править сегодня. И это мешает вашему легкому продвижению вперед по жизни.

## НОГТИ

Олицетворяют защиту.

#### Заболевание ногтей

У вас есть чувство незащитности и постоянной опасности. Ощущение, что кто-то или что-то вам угрожает. Позаботьтесь о своей защищенности.

– Я чувствую от окружающих людей какую-то постоянную угрозу для себя, – говорит мне мужчина, у которого недавно начались проблемы с ногтями.

Позднее выяснилось, что причина таких страхов в его презрительном и брезгливом отношении ко многим людям. Не зря ногти поражаются при псориазе (см. причины псориаза). Таким образом, его подсознание, разрушая ногти, нейтрализовало программу уничтожения других людей.

– Доктор, – говорит мне моя пациентка, – вот, хочу вам кое-что показать.

С этими словами она снимает обувь и показывает мне свои ноги.

– Смотрите внимательно, – указывает она на ноготь большого пальца. – Видите, вот здесь старый больной участок. А здесь начинается новый и здоровый ноготь. Между ними видно полоску. Ноготь растет медленно. И здоровый ноготь начал расти именно после нашей первой встречи, которая была полтора месяца назад. Я тогда внимательно прочитала вашу книгу и привела многие свои мысли в порядок. А теперь посмотрите на мои волосы, – продолжала она, очень довольная и с таким выражением лица, как будто открывала какую-то тайну. – У меня были очень плохие волосы, сильно лезли. А теперь они стали густыми и приобрели блеск. О перхоти я забыла. И голову мою простым шампунем, произведенным на нашей родной Украине. И что я только до этого не перепробовала! Покупала дорогие импортные шампуни, которые рекламируют по телевидению. А оказывается, дело не в них. Все у нас идет изнутри. Я это теперь четко поняла благодаря вам и вашим книгам. Продолжаю работать над собой, меняю свой характер. И знаете, что я заметила? Мой муж тоже стал меняться. Наши отношения стали гораздо лучше.

## ВОЛОСЫ

К этому приводит страх, сильное внутреннее напряжение. Мышцы волосяных луковиц сокращаются, к ним поступает меньше питания, и постепенно они отмирают. Лысые люди стремятся буквально все контролировать. Они не доверяют жизненному процессу.

О том, как сильные эмоциональные переживания действуют на волосы, известно из случаев моментального поседения. Сильное психическое напряжение при стрессах может привести и к быстрому выпадению волос.

– Доктор, – говорит мне пациентка, – у меня сильно начали выпадать волосы месяц назад.

– А что особенного случилось месяц назад в вашей жизни? – спрашиваю я ее.

– Погиб мой сын, – отвечает женщина.

Хочу привести еще один пример быстрого и чудесного исцеления.

Ко мне на прием приходил 60-летний мужчина в состоянии сильного душевного угнетения и тревоги.

– Валерий Владимирович, – сказал он мне через три месяца, – после того как я изучил вашу модель и стал использовать ее в жизни, мои волосы приобрели свой нормальный цвет молодости и стали густыми. Я даже заметил такую особенность. Как только я понервничаю – волосы тут же начинают седеть. Успокаиваюсь – и волосы темнеют.

Волосы – символ жизненной силы человека. Они прекрасно отражают его внутреннее состояние. Почему с возрастом становится меньше волос? Почему они тускнеют? Ответ один. С годами человек теряет свою жизненную силу. Теряет на негативные мысли и эмоции. Какой выход? Менять свое отношение к себе, людям, жизни. И накапливать свою личную силу.

## **ИНФЕКЦИОННЫЕ БОЛЕЗНИ, ВОСПАЛЕНИЕ**

Я считаю, что люди сами создают не только болезни, но и все болезнетворные микроорганизмы. Они их создают из ничего, из вакуума, из чистой энергии, используя силу своих мыслей. Вот только мысли эти пагубны и болезнетворны. То есть напряженность,

смятение и беспорядок в коллективном бессознательном разуме создают вирус или микроб, который помогает вызвать болезнь.

Воспаление в организме означает, что у нас «воспалено» сознание, воображение. К этому могут привести сильный гнев, ярость, обида, желание отомстить, страх. «Воспаленные» мысли проявляются в виде нарыва, гнойника, абсцесса и лихорадки.

«А как же инфекция?» – спросите вы.

Сами бактерии и вирусы совсем не опасны. Они – часть окружающей среды, часть природы и выполняют какие-то важные функции. Например, есть некоторые бактерии, которые живут в нашем кишечнике и помогают процессу пищеварения. Микробы и вирусы сами по себе не агрессивны, но, попадая на агрессивную среду, они становятся болезнетворными и токсичными. «На сорной земле растут сорные растения». Или как говорил известный ученый-микробиолог Луи Пастер: «Микробы – ничто, почва – все». А почву мы готовим своими мыслями. Добрými – удобряем, агрессивными – засоряем.

И здесь есть два пути. Первый – это уничтожить инфекцию с помощью антибиотиков. Но как показывает практика – этот путь тупиковый, так как формируются устойчивые штаммы микроорганизмов, которые уже не поддаются действию препаратов. Медицина вынуждена создавать более сильные химические лекарства, но это приводит к отравлению организма в целом.

И есть второй путь – избавиться от агрессивных мыслей и эмоций, которые создают питательную среду для микробов, и тем самым повысить свой иммунитет. Выбор за вами. С микробами не нужно бороться, с ними нужно дружить.

Такое часто встречающееся инфекционное заболевание, как грипп, да и вообще любая простуда, говорит о том, что слишком много событий происходит в вашей жизни одновременно, и это вызывает напряжение, смятение и беспорядок, раздражение и замешательство. Накопились большие и малые конфликты, эмоциональные потрясения, обиды. В данном случае болезнь выполняет позитивную функцию – получить внимание, уклониться от каких-либо обязанностей, получить отдых, полежать в постели денек-другой и привести мысли в порядок.

Как-то 8-летний сын моего знакомого заявил: – Папа, я так устал учиться. Вот бы заболеть! В школу не нужно ходить.

Я думаю, что это знакомо каждому. И не только в детском возрасте. А как часто вы сами брали больничный?

Болезнь может вызвать просто страх за свое здоровье, страх заболеть, ваша вера в статистику. В таком случае вы принимаете отрицательные общественные установки и реагируете на негативный настрой окружающих.

Вспомните, как часто это было. Кто-то рядом чихнул или закашлялся, а вы уже испугались, что можете заболеть. Или объявили по телевизору, что где-то свирепствует вирус гриппа, а вы уже забеспокоились и бежите заранее в аптеку. В таких случаях я всегда спрашиваю себя:

– А нужна ли мне болезнь? Что может болезнь дать мне полезного? Нужно ли мне отлеживаться неделю в постели с температурой, больным горлом и насморком, спасаясь таким образом, от нерешенных проблем, убегая от реальности?

– Нет, – отвечаю я сам себе, – мне это не нужно.

Ведь я умею решать любые проблемы в своей жизни, потому что я сам создаю свою жизнь. А значит, всегда нахожу лучший выход из любой ситуации. И если сейчас в моей жизни есть какая-то нерешенная проблема, то я бросаю всю свою личную силу на ее решение. Я прошу свой подсознательный разум создать новые мысли и способы поведения для наилучшего решения этой проблемной ситуации. Я целиком и полностью доверяю себе и Вселенной. Поэтому я спокоен. И болезнь проходит мимо. Моя иммунная система работает прекрасно.

Я просто выбираю быть здоровым, наслаждаться и радоваться жизни! Это мой выбор.

## **ТРАВМЫ И НЕСЧАСТНЫЕ СЛУЧАИ**

Несчастливых случаев и вообще всякого рода случайностей не бывает. Это мое глубокое убеждение. Несчастливые случаи – это не что иное, как подсознательная закономерность. Мы сами создаем себе травматические ситуации.

Занимаясь гипнозом, я обследовал несколько человек, которые побывали в разное время в травматических ситуациях (производственная травма, авария и др.). Во всех случаях причины были похожи – это чувство вины и сильный гнев, ненависть и крайняя степень раздражения и обиды. Все эти эмоции запускают механизм саморазрушения.

Сразу вспоминается случай с одним мужчиной-ревнивцем. Он пришел ко мне с перевязанной ногой.

– Что с ногой? – спросил я.

– Да вот, растянул в троллейбусе, дверью прищемило. А до этого в течение месяца я успел сломать руку и получить сотрясение головного мозга.

– Что же вы хотите от меня? – поинтересовался я.

– Доктор, я знаю, что вы занимаетесь гипнозом, – мне сказали знакомые. Так вот я прошу вас. Нет. Я требую, чтобы вы загипнотизировали мою жену. И чтобы под гипнозом вы узнали у нее всю правду – спала ли она с другим мужчиной на самом деле. Дело в том, что месяц назад, когда она задержалась с работы на целый час, я увидел в окно, как она выходила из машины. Это была машина одного из ее сотрудников.

– А что говорит ваша жена?

– Она все отрицает. Но сами посудите, ведь вы мужчина, – говорил он с гневом. – Что может делать женщина в машине с мужчиной в течение часа?

– Вообще женщина с мужчиной в машине может делать многие вещи: заниматься любовью или просто разговаривать о чем угодно.

– Вот вы загипнотизируйте ее и узнайте все. Я должен знать правду.

Конечно, я не стал выполнять его просьбу. Но мне удалось убедить его в том, что ему самому необходимо пройти у меня лечение и освободиться от ревности.

Злость на кого-либо, желание отомстить, ударить и чувство безысходности мгновенно привлекают несчастный случай или травматическую ситуацию. Окружающий нас мир принадлежит нам, и поэтому, когда мы злимся на других, мы тем самым выражаем агрессию и запускаем программу саморазрушения по отношению к себе самим. Ведь закон сохранения энергии еще никто не отменял. Когда мы злимся на самих себя, чувствуем себя виноватыми, когда мы буквально ищем себе наказание, то оно приходит в виде несчастного случая. Травматизм – это внешнее отражение чувства вины, самонаказания. Это гнев, обращенный на себя самого.

Если с вами произошла такая ситуация, то не рассматривайте себя как несчастную жертву. Обратитесь внутрь себя и найдите те мысли и то поведение, которые создали травматическую ситуацию.

У травматических ситуаций бывают определенные позитивные намерения.

И часто это возможность получить внимание и сочувствие других. Мы стонем от боли, иногда лежим долгое время в постели. Нам омывают раны, ухаживают за нами, проявляют заботу. И та склонность к насилию, которая привела нас к травматической ситуации, постепенно исчезает.

Боль вообще, любая боль – это первый признак чувства вины. Боль может быть физическая и душевная. Вина всегда ищет наказания, а наказание создает боль и страдания. Если есть хроническая боль, то это признак постоянного чувства вины. Обратитесь внутрь себя, отыщите это чувство вины. Освободитесь от него – и боль пройдет.

Помните, что каждый человек в любой ситуации поступает лучшим образом. Так устроено подсознание – оно выбирает самый эффективный способ поведения. Тогда, в прошлом, в этой ситуации вы сделали лучший выбор. Так стоит ли наказывать себя за лучшее, на что вы были тогда способны?

Я писал раньше о том, что чувство вины учит тому, чего нельзя делать, но не учит, что же делать вместо этого. Это опасное чувство. Оно требует наказания, а наказание всегда связано с болью, обидами, страданиями, озлобленностью.

Наказывая себя и чувствуя виноватым, вы загоняете себя в определенные рамки, за пределы которых нельзя высунуться. Вы сами ограничиваете свою свободу. Избавьтесь от чувства вины и станьте свободными.

Ушибы, синяки, ожоги, болячки, раны на теле, язвы

Все это не высвобожденный наружу гнев. Он возвращается к вам обратно в виде ран и боли.

Знакомая женщина обварила себе ногу кипятком. Мы решили выяснить подсознательную причину. Ею оказалась ссора с мужем.

– Ты знаешь, я так на него рассердилась, – говорила она. – Внутри меня все кипело от гнева и обиды.

Переломы костей, трещины

Это бунт против чужой власти, неспособность и неумение постоять за себя. Ваш гнев и ненависть возвращаются обратно и буквально заставляют вас «сломить» ваше сопротивление или «сломать» ваши убеждения.

В физике существует фундаментальный закон: «Сила действия равна силе противодействия». Научитесь пользоваться им в своей жизни. Если вы верите в то, что справедливость можно восстановить только с помощью насилия, то вы автоматически притягиваете насилие в свою жизнь.

– Вы знаете, доктор, – рассказывает мне пациент, который недавно попал в аварию, – я всегда чувствовал, что жизнь давит на меня. Я всю жизнь сопротивлялся определенным жизненным обстоятельствам, боролся. И вот – не выдержал, «сломался».

Ситуация с переломами подсказывает, что нужно привести в порядок свой остов мыслей, свой «скелет» сознания. Нужна твердая и прочная основа ваших убеждений. И в то же время нужно устранить заостренность, затвердевшие участки сознания. Необходимо сочетать гибкость в поведении и твердость в убеждениях, так как прочные кости – это гибкие и твердые кости.

*Вывих, растяжение мышц и сухожилий*

Гнев и злость. Гнев и сопротивление. Обида. Желание отомстить. Это еще не весь перечень пагубных эмоций, которые могут привести к травмам такого рода.

Таким образом, подсознание может сдерживать человека от запуска гнева и насилия. Оно создает своеобразное препятствие перед желанием ударить кого-либо.

На прием ко мне пришла молодая девушка с экземой ладоней и вывихом плечевого сустава.

Мы сразу установили контакт с подсознанием. Внутренний разум сообщил, что причина и экземы, и вывиха плеча – это гнев на отца.

– Вы знаете, доктор, это действительно так, – рассказывала пациентка, находясь в трансе, – мой отец – алкоголик. Он часто напивается и бьет мою мать. Это продолжается уже давно. И экзема на ладонях появилась у меня с тех пор, как он начал сильно выпивать. И вот однажды он в очередной раз напился и очень сильно избил мать. У меня появилось желание убить его. Честно говоря, у меня давно

«чешутся» руки сделать это. Так вот, я побежала в коридор, где хотела взять топор, но отец схватил меня за руку и сильно дернул. Он вывихнул мне руку. Я закричала от боли. Я так и не смогла в очередной раз осуществить мое намерение.

## ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА

Символизирует творческое самовыражение. Болезни железы свидетельствуют о том, что у вас есть проблемы с самовыражением.

Зоб

Опухоль щитовидной железы указывает на то, что на вас оказывается сильное давление. Точнее, вы сами оказываете на себя давление с помощью окружающих. Появляется чувство, что вас атаковала жизнь. Вы считаете, что вас постоянно унижают, и приходится терпеть это унижение. Вы чувствуете себя жертвой, несостоявшейся личностью. Испытываете обиду и ненависть к навязанному в жизни. Возникает ощущение исковерканной жизни.

Одна женщина с зобом говорила мне:

– У меня такое ощущение, что меня втиснули в какой-то коридор и заставляют идти по нему; и некуда свернуть.

Часто у женщин, мужья которых злоупотребляют спиртным, образуется зоб. В таких случаях невыраженные негативные мысли и эмоции, мелкие обиды и претензии «комом» встают в горле. Но такое бывает не только в тех семьях, в которых мужья – алкоголики.

– Мой муж постоянно придирается ко мне из-за любой мелочи, – говорит мне пациентка, у которой обнаружили несколько узлов на железе. – То платье не такое надела, то не так накрасилась. Он буквально не дает мне шагу ступить спокойно.

Очень важно научиться заботиться о себе, знать о своих желаниях и потребностях, уметь открыто выражать их. Быть самим собой – прекрасное лекарство!

Иногда зоб встречается у детей. В таких случаях болезнь отражает определенное поведение и ребенка, и родителей.

У мальчика увеличилась щитовидная железа. «Зоб второй-третьей степени» – такой поставили диагноз. Мы стали выяснять с родителями причины болезни. Отец был очень строг и оказывал и на ребенка, и на жену сильное давление.

– Я хочу, чтобы из сына был какой-то толк в жизни, – говорил он.

Мать и сын ощущали себя жертвой. Ребенок не мог, да и не умел, высказать открыто своих эмоций из-за страха перед отцом. Они скапливались в районе горла, а как известно, эта область связана с самовыражением.

– Если я что-то сделаю, то папа почти всегда этим недоволен. Я уже боюсь делать что-либо, – так мне говорил мальчик, когда мы остались с ним один на один.

Я дал ребенку гомеопатические лекарства, а родители получили задание изменить свое отношение друг к другу и к сыну. Уже через месяц размеры железы уменьшились вдвое.

## **ОПУХОЛИ, РАК**

У людей сложился такой стереотип мышления, что рак неизлечим. И когда врачи сообщают больному или родственникам подобный диагноз, то для многих он звучит как приговор. Но не стоит отчаиваться. Как гласит мудрость: «Нет неизлечимых болезней, есть неизлечимые больные».

Еще две тысячи лет назад знаменитый китайский доктор Сма Тхиен назвал пять типов людей, которые не поддаются лечению:

- 1) упрямы, которых бессмысленно переубеждать;
- 2) алчные жадины, которые в погоне за деньгами запустили свое здоровье;
- 3) распущенные люди, которые не хотят отказаться от пагубных излишеств и привычек;
- 4) больные, которые настолько слабы, что не могут принимать лекарства;
- 5) те, кто больше доверяет шарлатанам, а не врачам.

Я знаю наверняка, что любое заболевание можно излечить, если больной берет на себя ответственность за свою болезнь и за свое здоровье.

Первое, что нужно сделать для излечения – это отбросить веру в то, что данное заболевание неизлечимо. Оно неизлечимо внешними

средствами, средствами ортодоксальной медицины, потому что эти средства не устраняют причину, а борются со следствием. Нужно пойти внутрь себя, чтобы добиться излечения. И тогда, появившись ниоткуда, эта болезнь уйдет в никуда.

Один иудейский царь заболел тяжелой болезнью. Ему посоветовали обратиться к Богу. Но он обратился к врачам и через два года умер.

Обратиться внутрь себя – это и значит обратиться к Богу. Ведь Бог в душе каждого. Необходимо открыть в себе вечный источник силы и здоровья. Он есть в каждом. Внутри вас есть все необходимые ресурсы. Получите к ним доступ.

Теперь подумайте, какие ваши пагубные мысли и эмоции привели к болезни.

Любые новообразования, опухоли, кисты

Они образуются тогда, когда вы удерживаете в душе старые обиды и потрясения. Вы их постоянно «прокручиваете» в голове, лелеете, накапливаете в определенном месте своего тела. Я обнаружил, что полное избавление от старых обид полностью излечивает от любой опухоли.

Я уже приводил много примеров в книге с такой широко распространенной болезнью, как миома матки. Как только женщина полностью избавляется от обид и гнева в адрес мужчин – опухоль рассасывается. Врачи ортодоксальной медицины в таком случае разводят руками. Им непонятен механизм исцеления. А он прост. Ушли обиды – исчезло и то, что их отражало на физическом уровне.

Есть и другая причина появления опухолей – это усиливающееся и увеличивающееся чувство неприязни к миру, к себе, к людям. Появляется уверенность, что жизнь не принесет ничего хорошего.

Иногда новообразования – это усиливающиеся и «разрастающиеся» угрызения совести.

Рак

Это старинная, затаенная обида, гнев и злость, ненависть и желание отомстить, которые буквально «пожирают» тело. Это глубокая подсознательная, душевная незаживающая рана. Это сильный и далеко зашедший внутренний конфликт с самим собой и с окружающим миром.

Один мой пациент рассказывал мне:

– Доктор, вы знаете, у меня на работе был один сотрудник. Однажды в компании мы выпили и разговорились. У нас зашел спор по поводу известной заповеди Христа: «Ударили по одной щеке – подставь другую». Я сказал о том, что быстро прощаю людям и не ношу в себе обид. Он же поделился со мной таким своим мировоззрением: «Я считаю, – говорил он, – что нужно поступать так. Если тебя кто-то обидел, то затаи обиду в себе до тех пор, пока этому человеку не станет плохо. Вот тогда, когда он будет ослаблен, и отомсти ему, нанеси свой смертельный удар». Вы знаете, доктор, не так давно этот человек умер от рака.

Гордыня и порождаемые ею высокомерие, чувство вины и наказание, осуждение и презрение, глубокая неприязнь к людям приводят к этой болезни. Если человек в своем мировоззрении уподобляется раковой клетке, то он создает рак в своем теле.

Как работает здоровая клетка? В первую очередь она заботится обо всем организме и выполняет свои специфические функции для него. И организм в ответ платит ей тем же: дает этой клетке все необходимое. Здоровая, нормальная клетка «понимает», что ее благополучие зависит от благополучия всего организма, и потому все свои силы отдает ему. Для нормальной клетки весь организм – это Бог, то есть источник ее жизни, благополучия и процветания.

Как же ведет себя раковая клетка? Ей не важны интересы всего организма. Она заботится только о себе. Она не знает о том, откуда она берет для себя все питательные вещества. Раковая клетка даже не подозревает о том, что своим поведением она уничтожает весь организм, а это значит, что после смерти организма она погибнет сама. То есть своими действиями, своей жизнедеятельностью раковая клетка уничтожает весь организм и себя в том числе.

Но Вселенная, этот единый организм, в котором мы живем, не может позволить, чтобы один человек с раковым мировоззрением уничтожил всю Вселенную. Поэтому такой человек по вселенским законам должен быть уничтожен. Получается, что человек своим мировоззрением уничтожает сам себя.

Раковым мировоззрением сейчас заражены многие люди. Именно поэтому смертность от злокачественных опухолей по статистике стоит на втором месте. Такие люди готовы уничтожить мир, в котором они живут, за кажущееся им его несовершенство. Они презирают, обижаются, ненавидят и мстят, уничтожая при этом мысленно окружающий мир, Вселенную. Люди с раковым мировоззрением просто не понимают того, что окружающий мир – это их мир. И, генерируя разрушительные мысли, они уничтожают тем самым себя. Я глубоко верю в то, что Вселенная очень гармонична, справедлива и совершенна. Потому что в ней действует универсальный закон: «Каждому воздается по его вере, по его мыслям». Люди должны понять, что несовершенным является не Вселенная, а их мировоззрение, то есть не сам мир, а их модель этого мира.

Рак – болезнь ИЗЛЕЧИМАЯ. И здесь недостаточно воздействия традиционных средств: химии, облучения, оперативного вмешательства. Все это подавляет болезнь и дает только отсрочку, так как не устраняются причины болезни. Ведь рак – это болезнь всего организма. Излечение от раковой опухоли – это прежде всего избавление от ракового мировоззрения.

Один мой пациент, который вылечился от рака, так описывал свое состояние:

– Доктор, я стал совсем другим человеком. Произошла переоценка ценностей. Если сравнить меня до болезни и то состояние, которое есть сейчас, то это земля и небо. Раньше я мог раздражаться по любому пустяку. Например, если я стоял на остановке и долго не было троллейбуса, то я буквально выходил из себя. Сейчас я спокоен, как слон. Совсем другое отношение к себе, к жизни, к людям.

Локализация болезни, то есть место ее появления, также зависит от наших мыслей и эмоций.

Например, поражение половых органов означает, что задета ваша женственность или мужественность.

Рак матки свидетельствует о «смертельных» обидах женщины на мужчин, из-за которых она не хочет жить.

– Доктор, я никогда не чувствовала себя по-настоящему женщиной, – говорит мне пациентка с раковой опухолью матки. – Мой муж пил, изменял мне, постоянно ездил по командировкам. А сейчас у меня такой возраст... Климакс уже наступил. Значит, я уже никогда не почувствую себя женщиной. Обидно!

У мужчин все протекает так же, только обиды другого плана. Рак может поразить их яички или предстательную железу. То есть те

органы, которые, как вы помните, ответственны за мужские принципы.

Появление рака в молочной железе означает, что вы ставите себя в жизни на последнее место, сами отказываете себе в заботе и внимании, а потом «смертельно» обижаетесь на других людей за то, что они к вам плохо относятся.

У одной женщины долго не было детей. Наконец, через несколько лет выйдя замуж, она родила сына. Это был очень долгожданный ребенок. Все внимание было ему. Она оставила очень престижную и перспективную работу, на которой была ведущим специалистом. Пошла работать уборщицей, лишь бы быть рядом с домом, с сыном, так как он начал страдать от частых бронхолегочных заболеваний. Отношения с мужем ухудшались с каждым годом, он начал пить, гулять. Однажды, при выяснении с пьяным мужем отношений, он ударил ее в грудь. Через некоторое время в этом месте обнаружили раковую опухоль.

Нее болезнь, и болезнь ребенка, и плохие отношения с мужем – это результат ее отношения к себе. С рождением ребенка она перестала «питать» себя вниманием и любовью. Себя и свой мир она поставила на последнее место. Вместо того чтобы изменить отношение к себе и накапливать в своей душе любовь, она накапливала обиды, претензии и осуждение.

Вот почему я всегда советую молодым мамам, что с рождением ребенка женщина должна внимания и любви к себе уделять в два раза больше, чем до его рождения. Ведь ребенок подсознательно реагирует на состояние матери. И если в душе матери царит спокойствие и любовь, то и ее ребенок будет спокойным и здоровым, а значит, у матери всегда будет свободное время.

Должен существовать устойчивый баланс между тем, что вы «поглощаете», и тем, что отдаете другим. Накапливая в себе любовь и делая свой мир счастливее и радостнее, вы помогаете другим. Вы заботитесь о себе, «питаете» себя любовью и радостью. И таким образом, у вас появляется то, что вы можете дать окружающим.

Поражение пищеварительного тракта связано с принципом усвоения, переваривания событий и освобождением от всего ненужного в жизни.

– Доктор, я до самой смерти не смогу простить моего брата, – говорит мне мужчина, у которого не давно обнаружили рак желудка. – Он так подло поступил со мной. Я до сих пор не могу понять, как родной брат мог так поступить?

– Значит, перед смертью вы готовы его простить? – спрашиваю его.

– Готов, – отвечает мужчина.

– Так стоит ли умирать для этого? Может, сделаете это сейчас?

– Не могу, – отвечает он. – Как только вспомню эту ситуацию, так меня прямо выворачивает наизнанку.

Возникновение болезни в органах дыхания свидетельствует о глубоко разочаровании в жизни.

– Я всю жизнь жил для детей, – рассказывает мне пациент, у которого недавно обнаружили раковую тень в легком на рентгеновском снимке. – И теперь, когда они разъехались по другим городам, у меня нет смысла жизни. Для чего жить?

Что нужно делать для излечения?

Первое. Нужно взять на себя ответственность за свою жизнь, за свою болезнь и за свое здоровье.

Второе. Необходимо иметь сильное желание жить. И главное – определить, для чего? Подумайте о цели и смысле жизни.

Третье. Необходимо избавиться от всего чуждого в своем сознании. От тех негативных мыслей, эмоций и черт характера, которые ведут вас к смерти. Начните работу над собой.

Обратите внимание не только на образ своего мышления. Измените и образ жизни: питание, работу, физическую активность. Внесите в свою жизнь живое, светлое, радостное.

Есть специальные техники активной визуализации, которые используются в современных раковых центрах.

Сейчас все больше и больше накапливается сведений и примеров об излечении людей от рака. Всем известен писатель Солженицын, у которого врачи обнаружили рак. Но он смог преодолеть в себе эту болезнь. Я считаю, что помогла ему в излечении его творческая деятельность. Он смог выразить в своих книгах те чувства, которые буквально «съедали» его.

Есть и другие известные примеры.

Приведу отрывок из книги Луизы Хей, описывающий историю ее болезни и излечения от нее.

«... В один прекрасный день у меня обнаружили рак. Рак у меня появился по-женски, в области влагалища. Я была в полной панике. Хотя по роду моей работы я помогала людям, я понимала, что мне предоставилась уникальная возможность проверить принципы, которые я проповедовала, на собственной практике. В конце концов, я сама написала книгу о том, что рак – это всего лишь накопленная

обида, и, если от нее избавиться, болезнь можно вылечить. Я понимала, что я лично не сумела еще растворить все мои детские обиды, и мне в этом смысле предстояло много работы.

Слово «неизлечимый» лично для меня значит только одно: это состояние, которое невозможно вылечить традиционным способом. Поэтому мы должны буквально спуститься внутрь себя, чтобы найти способ излечения. Если бы я согласилась на операцию и ничего бы не делала, чтобы избавиться от старых убеждений, врачи бы продолжали резать бедную Луизу до тех пор, пока от нее ничего бы не осталось. Пойди я на операцию, я также изменила бы свой образ мыслей, который вызвал рак, и рак не возвратился бы. Если же рак или какая-то другая болезнь возвращаются, то думаю, что это не потому, что не все вырезали. Причина здесь та, что человек ничего не изменил в своем сознании и таким образом снова создал себе ту же самую болезнь, хотя, может быть, и в другой части тела. Я также верила в то, что, если я расчищу свое ментальное поле, операция мне не понадобится. Я сказала своему лечащему врачу, что у меня в тот момент не было денег на операцию, а он, в свою очередь, сообщил, что мне осталось жить всего три месяца. Я тут же принялась за работу. Стала много читать о нетрадиционных способах лечения. Я пошла в специальный магазин здоровья и купила все книги о раке. Я пошла в библиотеку и прочитала все, что могла найти об этой болезни. Особенно меня заинтересовала наука о кожных рефлексах. Я намеревалась найти кого-либо, кто бы это делал. Однажды я пошла на лекцию. Обычно я люблю сидеть впереди, а тут села сзади. Ко мне подошел человек и сел со мной рядом. Оказалось, что это именно тот человек, которого я искала (занимается кожными рефлексами). Он начал приходить ко мне домой три раза в неделю и очень мне помог.

Я также хорошо понимала, что мне нужно было научиться любить и уважать себя гораздо больше. В моем детстве было очень мало любви, и никто меня не научил, как любить себя. Я просто приняла их отношение ко мне с их постоянной критикой, и это стало моей второй натурой.

Когда я стала работать в Церкви религиозной науки, то поняла всю важность одобрения своих поступков. Однако я постоянно откладывала на завтра, по принципу «Я начну придерживаться диеты завтра». Сначала мне было невероятно трудно сказать своему отражению в зеркале: «Луиза, я люблю тебя. Я действительно люблю тебя». Несмотря ни на что, я решила продолжать упражнение с зеркалом и обнаружила, что теперь на ситуации, где я обычно

чувствовала себя униженной, я смотрела уже по-другому. Итак, мне стало ясно, что я не стою на месте.

Самое трудное для меня было перестать винить других. Да, у меня было трудное детство, и все меня обижали, ментально, физически и сексуально. Но это было так давно и совсем не оправдывает моего отношения к себе сейчас. Я буквально поедала свое тело раком, потому что не могла простить. Я нашла себе хорошего психиатра и с его помощью стала выражать свой накопившийся гнев. Я была подушки и орала в ярости. Это очистило меня в определенной степени. Потом из обрывочных воспоминаний моих родителей об их детстве я составила себе картину их детства. И мне стало их безумно жалко, их вина за все происшедшее со мной стала растворяться. В дополнение ко всему, я нашла себе хорошего врача-диетолога, который помог мне избавиться от накопившегося за многие годы дерьма в моем теле. Он мне прописал строгую диету, которая состояла только из зеленых овощей. Три раза в неделю в течение первого месяца мне прочищали толстую кишку. Операции мне не делали, и через шесть месяцев врачи были вынуждены прийти к соглашению и сообщить мне (что я уже и так знала): мой рак совершенно исчез. Теперь я по собственному опыту знаю, что любую болезнь можно излечить, если мы сами хотим изменить свои мысли, убеждения и действовать соответственно этому.

Иногда самая большая трагедия оборачивается для нас счастьем. Вы себе представить не можете, как моя болезнь изменила меня. Произошла полная переоценка ценностей. Я стала смотреть по-другому на жизнь и стала больше ценить вещи, которым до болезни не придавала никакого значения...»

## АЛКОГОЛИЗМ

Человечество могло бы достигнуть невероятных успехов, если бы оно было более трезвым.

Гёте

Излечим ли алкоголизм?

Да, алкоголизм излечим!

Я могу утверждать это с полной ответственностью. К такому убеждению я пришел после многолетней врачебной практики. Мне удалось отыскать причины этой страшной болезни, от которой

страдают не только сами больные, но и окружающие их люди. И причины эти скрыты глубоко в подсознании человека.

В результате кропотливой работы я выяснил, что у людей, страдающих от чрезмерной тяги к спиртному, в подсознании есть определенные программы поведения. Я назвал их «программы алкоголизма». Они передаются по наследству или формируются в процессе жизни под воздействием сильных эмоциональных потрясений. Поэтому для излечения от алкоголизма очень важно отыскать эти программы, нейтрализовать их и создать новые программы поведения, направленные на здоровый и трезвый образ жизни. Другими словами, чтобы избавиться от старой пагубной привычки, необходимо создать новые добрые привычки.

Современные методы воздействия на алкоголиков (вшивание ампул, уколы, таблетки, чай, кодирование) дают только временный эффект, подавляя болезнь, загоняя ее глубже в подсознание. А зачастую такое насилие над психикой приводит и к серьезным нарушениям (появлению раздражительности и агрессивности, странностей в поведении, импотенции, унынию и депрессии, травматизму). Лекарства и кодирование дают только отсрочку в решении проблемы и не устраняют истинные причины этой болезни. А причины скрыты в подсознании.

Недавно ко мне обратилась одна женщина с просьбой помочь своему сыну-алкоголику. Вела она себя во время разговора немножко странно. У меня создалось впечатление, что она в нетрезвом состоянии. У меня тогда появилась мысль: "Надо же, просит помочь сыну, а сама выпивает». В дальнейшем выяснилось, что несколько лет назад она закодировалась от алкогольной зависимости. Закодироваться-то она закодировалась, да вот только в душе болезнь осталась. И внешний вид, манера общаться выдавали ее проблему.

– Доктор, – говорила она как-то очень возбужденно, – я так рада, что не пью.

– А на сколько лет вы закодировались? – спросил я ее.

– Я закодировалась на всю оставшуюся жизнь. Я так довольна. Вот только сын начал выпивать.

Эта женщина никак не могла понять, что ее болезнь «перешла» к сыну. С помощью кодирования она подавила в себе тягу к спиртному, загнала причины глубоко в подсознание, но не устранила их. А сын реагировал на ее подсознательную программу.

Получается, что, кодируясь и не желая устранять внутренние, подсознательные причины, человек просто получает другую болезнь или сбрасывает проблему на своих потомков.

Несколько лет назад кодирование сыграло свою прогрессивную роль, но сейчас нужны другие подходы к решению этой проблемы.

Так есть ли выход? Конечно, есть! Теперь я это знаю наверняка. И все необходимые ресурсы для излечения скрыты в самом человеке. Нужно только осуществить к ним доступ.

Вылечить (именно вылечить, а не подавить) алкоголизм можно (и я это знаю из своей практики) только в том случае, если человек готов взять на себя ответственность за свою болезнь и за свое исцеление.

Прежде всего должно быть непреодолимое желание любой ценой избавиться от недуга, распрощаться с прошлым, найти себя, стать другим человеком, начать новую, трезвую жизнь. Многое зависит от вас, и только от вас. Безграничная вера в самого себя и врача способны совершить чудо исцеления.

Моя программа помогла уже сотням людей исцелить больную душу и тело.

Я пришел к убеждению, что такую серьезную проблему, как алкоголизм, одним сеансом не решить. Необходимо работать над собой.

Казалось бы, все ясно: алкоголь – яд. Он вреден для здоровья. От него все жизненные невзгоды, разрушение семьи, потеря работы, психическая деградация. Об этом столько написано – рассказано. Но почему же люди продолжают отравлять себя?

Этот вопрос я задавал себе неоднократно. Ведь столько лет ведется борьба со спиртным, с алкоголизмом – и все безуспешно.

В течение нескольких лет я искал пути решения этой проблемы. Применял гомеопатию, травы, молитвы, заговоры, аутотренинг. Позднее стал использовать гипноз. Все это давало прекрасные результаты. Но я чувствовал, что не хватает чего-то очень важного, что помогло бы решить эту проблему полностью, быстро и эффективно.

И в один прекрасный день меня вдруг осенило. «Сила действия равна силе противодействия». Этот фундаментальный закон физики нам известен еще со школьной скамьи. Получается, чем больше мы говорим, что алкоголь – это зло, и чем больше мы боремся с ним, тем активнее это зло становится и тем труднее с ним бороться.

Я тут же увидел эту проблему по-другому. Я понял, почему у людей возникает болезненная тяга к спиртному. Алкоголизм – это болезнь личности, и алкоголь является своеобразным «лекарством»

для больной души. То есть первоначально не алкоголь создает болезнь, а у человека уже больна душа. И у него возникает болезненная потребность в наркотическом химическом препарате, чтобы облегчить свое состояние. Поэтому в первую очередь нужно лечить душу больного, и тогда надобность в наркотике отпадет сама собой.

Представьте человека с больным сердцем. Ему необходим нитроглицерин, чтобы снять спазм сосудов и облегчить свое состояние. Этот препарат не лечит и не устраняет причины болезни. Но что же будет, если больного резко лишит этого средства? Человек может умереть. Поэтому нужно в первую очередь такому больному вылечить сердце, устраняя причины заболевания, и тогда не будут нужны нитропрепараты.

Так и алкоголик. Его душа больна. Она заражена вирусом страха и ненависти, ревности и обиды, злости и отчаяния. И алкоголь помогает на время нейтрализовать эти разрушительные эмоции, погрузиться в наркотическое забытие.

Конечно, алкоголь не лечит больную душу. Он лишь на время облегчает душевные и физические страдания больного. И как всякий химический препарат, алкоголь имеет вредные побочные последствия и для тела, и для психики. Токсические продукты распада (алкогольные метаболиты) накапливаются во внутренних органах, особенно в печени и головном мозге, оказывая свое разрушительное воздействие.

Вот и получается, что, с одной стороны, алкоголь – это яд, а с другой – помогает больному (пускай на время) облегчить свои страдания.

Зеленый змий жив до сих пор именно потому, что некоторые люди нуждаются в нем. Они готовы быть его рабами и отдавать ему свою волю и энергию за возможность на короткое время почувствовать себя спокойнее и увереннее. Так стоит ли платить такую высокую цену за иллюзию счастья? Стоит ли отдавать свою драгоценную жизнь и энергию за несколько минут наркотического забытия?

Все, хватит! Надо бросить все свои силы не на борьбу со злом алкоголизма, а на самосовершенствование и саморазвитие. Человек – это величайшее творение природы, и ему дано то, чего нет ни у растений, ни у животных. Этот дар – возможность саморазвития, обучения чему-то новому, возможность познания истины.

Что же делать?

В первую очередь – перестать воспринимать алкоголь как зло! Еще Омар Хайям писал:

Запрет вина – закон, считающийся с тем, Кем пьется, и когда, и много ли, и с кем. Когда соблюдены все эти оговорки, Пить – признак мудрости, а не порок совсем.

Если у вас есть проблемы с употреблением алкоголя, не спешите ругать себя. Прежде всего обратитесь внутрь себя и определите, для чего вы используете спиртное? Что это вам дает полезного?

Да-да! Именно полезного!

Чтобы было более понятно, приведу примеры.

Спиртное является надежным наркотическим средством для получения доступа к определенным эмоциональным состояниям. Другими словами, у каждого человека при употреблении спиртного одна цель – изменить свое эмоциональное состояние.

Например, многим людям алкоголь дает чувство раскованности и свободы. Одни используют его в деловом общении, как ритуал, для облегчения заключения сделок. Другие просто для более доверительного и раскованного общения с друзьями.

Одна женщина, когда выпивала, становилась «душой» компании. Она чувствовала себя очень свободно, много смеялась и шутила. Была в центре внимания. Но каждый раз после таких вечеринок она возвращалась домой в ужасном состоянии, как говорится «никакая».

Она обратилась ко мне за помощью, и мы выяснили, что такое проблемное поведение в отношении спиртного было обусловлено тем, что ей просто не хватало в жизни любви и внимания. Как только она научилась получать и выражать в жизни эти важные чувства, проблема с алкоголем исчезла.

Некоторым алкоголь помогает расслабиться и почувствовать себя более свободно при знакомстве и сексуальном общении. Наверняка мужчины помнят, как в молодости выпивали сами «для храбрости» и подпаивали девушек, чтобы они были более доступны. Иногда это бывает просто необходимо, так как общество накладывает на секс определенные запреты. После того как мужчина или женщина научатся свободно и естественно выражать свою сексуальность, потребность в алкоголе отпадет сама собой.

Один мой пациент выпивал для того, чтобы лучше общаться с близкими людьми. Он был очень стеснительным человеком, и спиртное помогало ему почувствовать себя ближе к жене, своим детям. В таком состоянии ему хотелось говорить им ласковые слова, делать что-то доброе и хорошее для них. Тот дефицит любви, который он ощущал, и его неумение выразить свои чувства возмещались на короткое время с помощью алкоголя. Кодирование давало только

временный эффект, так как не устранялись внутренние причины его чрезмерной тяги к спиртному. Мы изменили его отношение к себе как к мужчине, к жене, к детям; устранили некоторые комплексы неполноценности и комплекс вины. Уже в процессе лечения исчезла тяга к спиртному, а потом выработался полный контроль в отношении к алкоголю.

Иногда к спиртному прибегают для снятия физического напряжения, для расслабления и отдыха.

Многие используют алкоголь для снятия психического напряжения, для того, чтобы уйти от реальности и накопившихся проблем. Так сказать, «напиться и забыться». Но это самообман. Ведь проблемы таким образом не только не решаются, но и прибавляются новые. Проблемы нужно решать, а не бежать от них. От себя не убежишь! Как можно уйти от реальности? Тем более, что эту реальность мы создаем сами. А раз создаем сами, то от нее не уходить надо, а менять. Причем начинать нужно с самих себя.

Кроме того, спиртное поднимает настроение, вселяет радость и уверенность в себе. Разве не важно иметь удовлетворение, радость в жизни, прекрасное настроение? Да, но каким способом?

Алкоголь, как наркотик, дает человеку возможность получить удовольствие, радость, отвлечься от повседневной действительности, расслабиться, «забыться», в конце концов. Но все это обманчиво. Веселье – это отдых души. А веселье и радость под действием алкоголя – это веселье под наркозом. Наркоз проходит – остается опустошенность. Спиртное не учит решать жизненно важные проблемы, а скорее наоборот – добавляет еще и другие. И тогда круг замыкается.

Конечно, нет ничего плохого в использовании алкоголя с целью достижения определенных эмоциональных состояний. Однако если алкоголь является единственным способом для этого, то это уже ограниченность и зависимость. Таким образом, человек становится рабом химического вещества наркотического действия, каковым является алкоголь. Алкоголь подчиняет себе волю человека. Какой дорогой ценой приходится платить за несколько минут наркотического сна!

Запишите позитивное намерение (функцию) употребления спиртного. Это первый шаг в излечении.

Теперь начните создавать другие способы для достижения этих состояний. Пусть они будут эффективнее и надежнее спиртного. Есть золотое правило: «Если вы хотите избавиться от пагубной привычки, то создайте новые добрые привычки». Начните обретать этот выбор

прямо сейчас! Не откладывайте на потом. Прекратите отравлять свою жизнь и жизнь своих близких.

Еще я хочу объяснить, что значит «новые способы поведения». Новые способы поведения – это новые мысли, чувства и эмоции, новое отношение к себе и к близким, к людям и к окружающему миру. Это новые взгляды на различные ситуации в жизни, новые реакции на события.

До этого момента у вас выбора не было, и вы были рабом наркотика, не могли от него отказаться. Теперь выбор есть. Есть новые способы поведения, которые лучше, чем алкоголь. Есть новые добрые привычки. Поздравьте себя! С этого момента вы начинаете обретать свободу!

Я уже писал о том, что алкоголизм – это болезнь личности. Алкоголик – это человек, у которого больна душа. Занимаясь лечением алкоголизма в течение длительного времени, я пришел к убеждению, что человек, у которого в жизни присутствует гармония во всем, никогда не будет напиваться. И в таком случае глупо и бесполезно бороться со спиртным. Необходимо очистить душу от агрессии. Становятся алкоголиками только те люди, у которых высокий уровень сознательной и подсознательной агрессии. Все это создает боль и душевные страдания. В таком случае спиртное, как наркотик, снимает «спазм» больной души. Но «лекарство» это действует временно и имеет вредные побочные последствия, оно разрушает и здоровье, и жизнь. Вот некоторые примеры.

– Я ненавижу этих моральных уродов, с которыми работаю, – говорит мне мужчина, страдающий от пристрастия к алкоголю. В его подсознании накоплено много презрения, гнева, злости.

Один мой пациент запил с тех пор, как стал подозревать свою жену в измене. Алкоголь помогал нейтрализовать ревность.

Другой пациент накапливал в себе мелкие и крупные обиды на жизнь, на правительство, на начальство, а потом «забывался» на несколько дней.

Начните избавляться прямо сейчас от тех негативных мыслей и эмоций, которые привели к алкоголизму. Никто за вас это не сделает. Вот некоторые из них:

- разного рода страхи: страх физического насилия, страх перед будущим;
- чувство вины и стремление себя наказать;
- сожаление о прошлом;
- тоска и скука;

- чувство одиночества;
- обиды, гнев, злость, презрение и ненависть;
- претензии, неприязнь, брезгливость;
- ревность;
- чувство неудовлетворенности собой, жизнью и окружающим миром;
- чувство безысходности;
- комплекс неполноценности, неуверенность в себе, сомнения в своей мужественности или женственности.

Получается, что решить проблему с чрезмерным употреблением спиртного можно, только избавившись от подсознательной агрессии к себе и к окружающему миру. Необходимо изменить свое мировоззрение, создать новые способы поведения. Впустить в свою жизнь любовь и радость, душевное спокойствие и гармонию. И тогда отпадет надобность в такой наркотике, как спиртное. Ведь здоровой душе и здоровому телу не нужны никакие наркотические «лекарства».

Как же избавиться от негативных агрессивных мыслей и эмоций? Для этого необходимо изменить свое мировоззрение, произвести переоценку ценностей. Другого пути не существует.

Давайте подведем некоторые итоги. Если у человека есть алкогольная зависимость, то для полного исцеления необходимо:

- 1) иметь несгибаемое намерение любой ценой избавиться от недуга и начать новую трезвую и здоровую жизнь;
- 2) определить, для чего вы использовали спиртное в своей жизни. Какую полезную функцию оно для вас выполняло?
- 3) создать и начать использовать новые способы поведения, новые добрые привычки, то есть обрести свободу выбора;
- 4) избавиться от отрицательных агрессивных мыслей в отношении себя самого и окружающего мира. Изменить свое мировоззрение.

## КУРЕНИЕ

Не пейте вина, не огорчайте сердце табачищем – проживете столько, сколько жил Тициан!

И. П. Павлов

Большинство курящих людей начали курить еще в молодости. И нельзя сказать, что сигареты приятны на вкус или что от них кто-то чувствовал себя лучше. Первые реакции на выкуренные сигареты –

это тошнота, головокружение, кашель. Потом курильщик получает в награду саднящее горло, горящие легкие, отвратительное дыхание, одышку, желтые пятна на зубах и на руках, добавочные денежные расходы, призрак рака легких и болезни сердца. Каждый курильщик знает о том, какие побочные последствия он может получить от курения. Но что же заставляет его вновь и вновь зажигать сигарету?

Люди курят не из удовольствия, а из-за тех ассоциаций, которые возникают у них в связи с курением. Например, подростки начинают курить для того, чтобы доказать свою независимость от родительского авторитета, быть принятым в компанию своих сверстников, если те курят, почувствовать себя частью группы, чтобы их уважали и испытывали в них потребность. Для молодых девушек курение часто ассоциируется с чувством независимости и утонченности.

С возрастом эти критерии меняются на другие. Взрослые начинают ассоциировать процесс курения со способностью контролировать свои чувства, с чувством благополучия, комфорта и спокойствия. Очень простой поступок – зажигание сигареты – и человек вызывает у себя высоко ценимые чувства.

Вот некоторые ассоциации, возникающие у людей в процессе курения:

- чувство независимости и взросления;
- чувство включенности в компанию, в процесс общения, ощущать себя частью группы;
- чувство благополучия, комфорта и спокойствия, ощущение внутренней мягкости;
- ощущение эмоционального самоконтроля, расслабление;
- получение ощущения направленности мысли, сосредоточенности, упорядочить мыслительный процесс, размышление;
- чувство утонченности, уникальности;
- ощущение своей мужественности, курить – значит быть мужчиной; вспомните рекламу сигарет «Мальборо» – красивый ковбой верхом на лошади, сильный и непобедимый;
- улучшение работоспособности;
- чувство завершенности какой-либо работы;
- скоротать время, чем-то занять себя, «перекур», отдых, расслабление;
- «запустить новый день», придать ритм;
- показать свое благополучие, материальный достаток («Курю дорогие сигареты»).

А с какими ассоциациями связано курение у вас?

Первое, что необходимо сделать для того, чтобы освободиться от сигарет, – это отделить себя от самого процесса курения. То есть осознать следующее: «Я – человек, который использовал процесс курения для достижения определенных, важных для себя ассоциаций».

Теперь подумайте, стоит ли всегда использовать такой вредный и разрушительный для здоровья способ? Или, может быть, создать что-нибудь другое?

Сделайте для себя выбор!

Если вы для себя решили вести здоровый образ жизни, то составьте позитивное намерение (может быть, даже запишите его на листочке левой рукой и повторяйте каждый день): «Я легко освобождаюсь от сигарет; я веду здоровый и трезвый образ жизни; у меня чистые легкие и свежее приятное дыхание. Я создаю новые способы поведения, новые мысли, с помощью которых легко освобождаюсь от сигарет».

Например, у вас есть такая ассоциация: курение = быть мужчиной. Подумайте, какими другими способами вы могли бы ощутить себя мужчиной? Есть много признаков мужественности: иметь силу воли, уметь брать на себя ответственность, иметь и выполнять обязательства по отношению к другим, уметь самостоятельно принимать решения. Вы можете начинать развивать в себе каждый день один из этих новых критериев мужественности. Таким образом, ваш подсознательный разум обретет выбор и сделает его в пользу самого эффективного и безопасного способа.

Если курение помогало вам получить доступ к чувству благополучия, комфорта и спокойствия, то необходимо выяснить, какие сферы вашей жизни вызывают у вас неудовлетворенность, дискомфорт и раздражение. После того как вы решите свои личные проблемы, потребность в курении отпадет сама собой, так как вы научитесь другими способами получать удовлетворение и спокойствие.

Теперь, когда вы чувствуете, что у вас есть выбор в поведении для получения доступа к определенным ощущениям, начинайте процесс освобождения от сигарет. Благодарите и отпускайте каждую выкуренную сигарету. Говорите: «Я благодарю тебя за то, что ты помогала мне в осуществлении моих намерений; я освобождаю себя от зависимости, благословляю тебя с любовью и отпускаю из своей жизни навсегда». Если вы действительно намерены бросить курить, то вы это сделаете легко.

Иногда курение дорогих сигарет или сигар ассоциируется с имиджем богатого и преуспевающего человека. Мне вспоминается, как

однажды я прочитал в газете интервью с одним из самых богатых людей мира. Ему задали вопрос: «Какие сигареты вы курите?» На что он ответил: «Я очень богат и очень люблю себя и жизнь, поэтому не нуждаюсь в допинге. По моему мнению, курят только те люди, у которых много проблем. Лично для меня курение и умение зарабатывать «большие» деньги несовместимы». Может быть, слова миллиардера помогут вам создать себе новый имидж: здоровый, красивый, богатый человек, который умеет решать деловые вопросы без сигарет и наслаждаться жизнью, вдыхая чистый, свежий воздух.

Есть еще один очень важный момент, который объединяет всех курильщиков. Курящие люди в той или иной степени отрицают жизнь. Они не любят себя и сам процесс жизни, разрушая себя сигаретами. Начните любить себя в этой жизни и сам процесс жизни. И наступит такой момент, когда степень вашей любви к себе достигнет такого уровня, что вы легко откажетесь от сигарет.

## ДЕТСКИЕ БОЛЕЗНИ

Половина моих пациентов – это дети. Если ребенок уже взрослый, то я работаю непосредственно с ним. И мне всегда приятно наблюдать, как с выздоровлением ребенка меняются сами родители. С детьми легче и интереснее работать. Мышление их еще свободно – не засорено мелкими повседневными заботами и разными запретами. Они очень восприимчивы и верят в чудеса. Если ребенок еще совсем маленький, то работаю с родителями. Начинают меняться родители – выздоравливает ребенок.

Уже давно установлено, что родители и дети на информационно-энергетическом, полевым уровне – это единое целое.

Меня часто спрашивают взрослые: «Доктор, но как ребенок может знать о наших отношениях, если мы их от него скрываем? Мы при нем не ругаемся и не ссоримся».

Ребенку не обязательно видеть и слышать своих родителей. У него в подсознании содержится полная информация о своих родителях, об их чувствах и мыслях. Он просто знает о них все. Только не может выразить словами свои чувства. Потому и болеет или ведет себя странно, если у его родителей есть какие-то проблемы.

Многие слышали такое выражение: «Дети отвечают за грехи своих родителей». И это так. Все болезни детей – это отражение поведения и мыслей их родителей. Это очень важно понять. Родители могут

помочь своему ребенку выздороветь, меняя свои мысли и верования, свое поведение. Я сразу объясняю родителям, что нет никакой их вины в том, что ребенок болеет. Я писал о том, что к болезни вообще нужно относиться как к сигналу. А к болезни ребенка – как к сигналу для всей семьи.

Дети – это будущее своих родителей и отражение их взаимоотношений. По реакции детей можно судить о том, все ли правильно мы, взрослые, делаем. Заболел ребенок – это сигнал родителям. Что-то в их отношениях не так. Пора разобраться и добиться совместными усилиями мира и гармонии в семье. Болезнь ребенка – это сигнал отцу и матери к самоизменению!

Что же делают взрослые, когда их чадо болеет? Разве они воспринимают болезнь ребенка как сигнал для себя? Отнюдь нет. Родители пичкают ребенка таблетками, подавляя этот сигнал. Такое слепое отношение к болезни ребенка усугубляет положение, так как болезнь никуда не исчезает, а продолжает разрушать тонкие полевые структуры ребенка.

Дети сами выбирают себе родителей. Но и родители выбирают себе детей. Вселенная подбирает конкретному ребенку соответствующих родителей, которые лучше всего подходят для него.

Ребенок отражает отца и мать. В нем присутствует и развивается мужское и женское начало Вселенной. В подсознании ребенка содержатся мысли, эмоции и чувства родителей. Отец олицетворяет мужское начало Вселенной, а мать – женское. У\ если эти мысли агрессивны и разрушительны, то ребенок не может соединить их вместе, да и не умеет. Вот и заявляет он о себе или странным поведением, или болезнями. И поэтому от того, как родители относятся друг к другу, к самим себе и окружающему миру, зависит здоровье и личная жизнь их чада.

Приведу пример. У совсем маленького ребенка начинается эпилепсия. Приступы случаются очень часто. Медицина в таких случаях просто бессильна. Лекарства только ухудшают состояние. Родители обращаются к народным целителям, к бабушкам. Это дает временный эффект.

На первый сеанс с ребенком пришел отец.

– Вы очень ревнивый человек, – объясняю я отцу. – А ревность несет в себе огромный заряд подсознательной агрессии. Когда ваши отношения с женщиной были под угрозой распада, вы не принимали эту ситуацию как созданную Богом и вами, не пытались что-то изменить в себе, а испытывали колоссальную агрессию. В итоге ваш сын

от первого брака стал наркоманом, а этот ребенок от второго брака страдает эпилептическими приступами. Болезнь у ребенка блокирует подсознательную программу уничтожения женщин и себя.

– Что же делать? – спрашивает отец ребенка.

– Ребенка может вылечить только одно – ваше избавление от ревности.

– Но как? – спрашивает мужчина.

– Вы сможете сделать это только в том случае, если научитесь любить. Любить себя, жену, детей. Ревность – это не любовь. Это признак неуверенности в себе. Воспринимайте жену как свое отражение, а не как свою собственность. Пересмотрите всю свою жизнь, те ситуации, когда вы ревновали и ненавидели, когда обижались на женщин и когда ставили под сомнение свою мужественность. Просите у Бога прощения за вашу агрессию в этих ситуациях и благодарите его за всех женщин, которые были в вашей жизни, как бы они ни поступали. И еще – это очень важно – просите у Бога, чтобы он научил вас, вашего сына и всех ваших потомков, которые будут в будущем, любви.

Вот еще один пример. Ко мне на прием привезли девушку, у которой внезапно, полгода назад, началась депрессия. Пребывание в психбольнице только ухудшило состояние.

Я долго беседовал с ее отцом. Удалось найти причину болезни и в нем. В его подсознании была мощная программа уничтожения окружающего мира. Это проявлялось в частых обидах, злости и ненависти на жизнь, на свою судьбу, на людей. Он передал эту программу своему ребенку. Пока девочка училась в школе, она чувствовала себя сравнительно хорошо. Но вот после окончания учебы эта подсознательная программа заработала в полную мощь и реализовалась нежеланием жить.

Когда в доме шум, родители или близкие ссорятся, то ребенок часто реагирует на это воспалением уха или бронхолегочными заболеваниями, выражая таким образом свои чувства и давая своей болезнью сигнал родителям: «Обратите на меня внимание! Для меня важны тишина, мир, спокойствие и гармония в семье». Но всегда ли взрослые понимают это?

Очень часто негативные программы в подсознание детей закладываются уже во время беременности. Я всегда спрашиваю родителей об этом периоде и даже о том, что происходило в их отношениях за год до беременности.

– В начале беременности вы думали о том, чтобы сделать аборт, – говорю я женщине, которая пришла на прием с грудным ребенком. У ребенка недавно начался диатез.

– Да, это так, – отвечает женщина. – Я считала, что беременность несвоевременна, но муж и родители мужа убедили меня в том, что надо родить ребенка.

– Ребенка-то вы родили, но в подсознании остался след программы его уничтожения. Нежелание рожать – это прямая угроза для жизни ребенка. Он отреагировал на это болезнью.

– Что же мне теперь делать? Ему можно как-нибудь помочь? Врачи говорят, что лекарств от этой болезни нет, только диета.

– Лекарства есть. Я вам дам гомеопатические средства. Сначала будет обострение, а потом кожа у ребенка очистится. Но самое главное – нужно «очиститься» вам. В течение сорока дней молитесь и просите прощения у Бога за мысли об аборте, за то, что не смогли создать пространство любви для своего ребенка. Это поможет вам нейтрализовать программу его уничтожения. Кроме этого, вы каждый день будете выражать любовь к себе, мужу и своему ребенку. И еще, помните, что любые претензии к мужу или обиды на него, любой конфликте семье тут же будут отражаться на здоровье ребенка. Создайте пространство любви в своей семье. От этого будет хорошо всем.

Состояние мыслей и эмоций беременной женщины очень важно для состояния здоровья будущего ребенка. Мысли о несвоевременности беременности, страхи рожать, ревность, обиды на мужа, конфликт с родителями – все это передается ребенку и превращается в его подсознании в программу самоуничтожения. Такой ребенок появляется на свет уже с ослабленной иммунной системой и начинает страдать инфекционными заболеваниями практически сразу, в роддоме. И врачи здесь ни при чем. Причина кроется и в ребенке, и в родителях. Важно осознать причины и через покаяние очиститься. Диатезы, аллергии, энтериты, стафилококковые инфекции – все это результат негативных мыслей отца и матери во время беременности или после.

Когда у детей есть всевозможные страхи, причину нужно искать опять же в поведении родителей.

Однажды меня вызвали на дом с просьбой вылечить детей от страхов. В дальнейшем выяснилось, что мать сама страдает страхами – боится далеко отходить от дома, а отец употребляет наркотики. Так кого нужно лечить?

Пли другой пример со страхами. Женщина привела ко мне совсем еще маленькую девочку. У ребенка недавно появились страхи оставаться одной в своей комнате и боязнь темноты. Мы с матерью стали выяснять подсознательные причины. Оказалось, что в семье были очень натянутые отношения, и женщина подумывала о разводе. Но что значит для девочки развод? Это потеря отца. А отец олицетворяет собой опору, защиту. У матери всего лишь появились негативные мысли, а ребенок тут же отреагировал на это своими страхами, демонстрируя родителям, что он не чувствует себя в безопасности.

Как только женщина отказалась от мыслей о разводе и стала действовать в направлении укрепления семьи, страхи у девочки исчезли.

Зависимость поведения детей от поведения родителей хорошо прослеживается при лечении алкоголизма. Ко мне часто приходят родители и просят помочь их, уже взрослым, детям-алкоголикам. Сами дети не хотят лечиться, и я начинаю работать с родителями. Мы выявляем те подсознательные программы поведения родителей, которые отражают алкоголизм ребенка, нейтрализуем их, и происходят удивительные (но на самом деле закономерные) вещи – сын или дочь перестают употреблять спиртное.

В этой главе и в предыдущих главах я привел много примеров детских болезней. Можно это делать до бесконечности. Важно, чтобы мы, взрослые, поняли одну простую истину: если в семье царит любовь, мир и гармония, то ребенок будет совершенно здоров и спокоен. Малейшая дисгармония в чувствах родителей – и поведение ребенка, и его состояние здоровья тут же меняются.

Почему-то сложилось такое мнение, что дети глупее взрослых и последние должны учить детей. Но, работая с детьми, я обнаружил, что они знают гораздо больше нас, взрослых. Дети – это открытые системы. И с самого рождения мы, взрослые, «закрываем» их, навязывая им свое восприятие и делание мира.

В последнее время я часто стал обращаться к своему 8-летнему сыну за советами. И практически всегда его ответы были правильны, просты и в то же время необычайно глубоки. Однажды я спросил его:

– Дима, скажи мне, пожалуйста, что мне нужно делать для того, чтобы быть богатым?

Немного подумав, он просто ответил:

– Нужно помогать людям.

– Но ведь я, как доктор, уже помогаю людям, – сказал я.

– А нужно, папа, помогать не только тем больным людям, которые приходят к тебе на прием, а вообще всем людям. И главное – нужно любить людей. Тогда будешь богатым.

---

[1] Бендлер Р., Гриндер Д. Структура магии / Пер. АО «Альвис» СПб.: Белый кролик, 1996.

[2] Лебедев С.П., Лидии А.С. Карма повседневности. М. Яуза, 1996.

[3] Хеи Л. Исцели свою жизнь, свое тело, Сила внутри нас / Пер. Т. Гейл. – Ltd «Ritas», 1996.

[4] Семинар с доктором медицины Милтоном Г. Эриксоном / Пер. Т. К. Круглова, фирма «Класс», 1994.

Click to edit this text.



**[www.feedbooks.com](http://www.feedbooks.com)**  
Food for the mind