

УДК 159.96  
ББК 88.6  
А56

YES/NO

Copyright © 2012 by Uwe Albrecht Originally published in 2012  
by Hay House (UK) Ltd. Tune into Hay House broadcasting at:  
[www.hayhouseradio.com](http://www.hayhouseradio.com)

**Альбрехт, Уве.**

A56 Биоэнергетика и подсознание. Ваше тело дает ответ на любой вопрос / Уве Альбрехт ; [пер. с нем. Л. И. Степановой]. — Москва : Издательство «Э», 2017. — 160 с. — (Учебник экстрасенса).

ISBN 978-5-699-75390-1

Уве Альбрехт — дипломированный врач, экстрасенс и пионер энергетической медицины. Основываясь на своих открытиях, опыте и способности проникновения в суть вещей, Уве Альбрехт разработал уникальный тест на длину рук, который работает точнее и быстрее, чем многие признанные практики, как, например, маятник, рамка, волчок и др. Этот тест на полную силу использует вашу биоэнергетику и заставляет вашу интуицию и подсознание давать правильные ответы на любой вопрос.

Тест на длину рук основан на реакции тела на стресс: если вы чем-то недовольны, ваше тело говорит «нет» и длина соединенных рук зрительно отличается. С его помощью вы сможете принять правильное решение в любой ситуации и достичь гармонии во всех областях своей жизни — от отношений и здоровья до денег и карьеры. Тест занимает всего несколько секунд!

**УДК 159.96**  
**ББК 88.6**

© Степанова Л.И., перевод  
на русский язык, 2017

ISBN 978-5-699-75390-1

© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2017

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

УЧЕБНИК ЭКСТРАСЕНСА

Альбрехт Уве

**БИОЭНЕРГЕТИКА И ПОДСОЗНАНИЕ**

**Ваше тело дает ответ на любой вопрос**

(орыс тілінде)

Директор редакции *Е. Капьев*  
Ответственный редактор *А. Серов*  
Редактор *А. Шляго*  
Художественный редактор *Е. Анисина*  
Компьютерная верстка *Н. Зенков*  
Корректоры *Н. Калиниченко, В. Ганчурина*

В оформлении обложки использована иллюстрация:  
Jagerion Caiph, Leysen / Shutterstock.com  
Используется по лицензии от Shutterstock.com

ООО «Издательство «Э»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86.

Өндіруші: «Э» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.  
Тел. 8 (495) 411-68-86.

Таяуар белгісі: «Э»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.  
Тел.: 8 (727) 251-59-89/90/91/92, факс: 8 (727) 251-58-12 вн. 107.

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта Өндіруші «Э»

**Оптовая торговля книгами Издательства «Э»:**

142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,  
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел.: 411-50-74.

**По вопросам приобретения книг Издательства «Э» зарубежными оптовыми покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж**

*International Sales: International wholesale customers should contact  
Foreign Sales Department for their orders.*

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Э»

Өндірген мемлекет: Ресей  
Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 01.10.2016. Формат 84x108<sup>1/32</sup>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 8,4.

Тираж экз. Заказ



ISBN 978-5-699-75390-1



9 785699 753901 >



В электронном виде книга доступна на сайте  
издательства [www.libros.ru](http://www.libros.ru)

ЛитРес:  
ЭДИ КНИГ ДУКАН



# СОДЕРЖАНИЕ

<b>Предисловие Рушеля Блаво</b> .....	<b>7</b>
<b>От автора</b> .....	<b>11</b>
<b>Глава 1. Тест на длину руки</b> .....	<b>13</b>
«Да» или «нет», но никогда – «возможно» .....	13
Сознание или подсознание – кто решает? .....	14
Тело отвечает .....	16
Шестое чувство – интуиция.....	18
Кинезиология, маятники и многое другое .....	20
Что такое тест на длину рук?.....	29
Как работает тест на длину рук?.....	30
Как я узнал о тесте на длину рук .....	31
Кто дает ответы при выполнении теста на длину рук?.....	33
Обучение использованию теста на длину рук .....	34
Тестирование: начальные ситуации.....	44
Блокировка или ригидность.....	48
Начальный стресс и состояние ригидности: помогите себе .....	50
Что может показать тест на длину рук? .....	51
Что не стоит проверять тестом? .....	55
Используйте тест, где бы вы ни были .....	56
<b>Глава 2. Ключевые вопросы теста</b> .....	<b>58</b>
Жизнь похожа на жидкое тесто для пирога .....	58
Что такое хорошее здоровье? .....	59
Путешествие во времени .....	61
100% жизненной энергии: обретите ее! .....	63
Я – это я .....	67
Я здоров.....	68
Я счастлив.....	69
Я честен с собой и другими.....	69
Я готов измениться.....	69
Я придерживаюсь здорового питания.....	69
Я забочусь о себе .....	70
Я люблю себя.....	71
Я этого достоин .....	71

Я сам отвечаю за себя .....	71
Контрольный список перед выполнением теста .....	71

### **Глава 3. Ежедневное использование теста**

<b>на длину рук .....</b>	<b>73</b>
Что мне сегодня надеть? .....	73
Какие продукты сегодня помогут мне чувствовать себя хорошо.....	74
Правильные покупки .....	78
Какую дорогу мне выбрать .....	81
Ищите и обрящете .....	83
Поесть дома или пойти куда-нибудь? .....	84
Приготовление еды с помощью микроволновой печи .....	86
Восхитительная кулинария без рецепта .....	87
Безмятежный сон .....	87

### **Глава 4. Тест на длину рук в различных**

<b>жизненных ситуациях .....</b>	<b>92</b>
Тест на длину рук для здоровья .....	92
Тест на длину рук на счастье и благополучие.....	112
Тест на длину рук в отношениях .....	116
Тест на длину рук в отношении дома.....	123
Тест на длину рук на работе и на занятиях.....	125
Тест на длину рук для домашних и диких животных.....	133
Тест на длину рук в повседневных ситуациях.....	136

### **Глава 5. Тест на длину рук: краткий обзор .....**

<b>145</b>	<b>145</b>
Сферическое видение .....	145
Тест на длину рук .....	146
Стресс/ригидность /блокировка: излечите себя.....	150
Тестирование.....	151
Используйте тест на длину рук в течение дня.....	152

### **Контактная и дополнительная информация .....**

<b>153</b>	<b>153</b>
Видео о тесте на длину рук .....	153
Мастер-классы по использованию теста на длину рук и Innerwise.....	153
Другие книги автора .....	153
Об авторе.....	154

# ПРЕДИСЛОВИЕ РУШЕЛЯ БЛАВО

**У**важаемые читатели!  
Возможно, вы уже знакомы с моими книгами, посвященными оздоровлению организма, самоисцелению, арт- и музыкотерапии. Я — доктор медицинских наук, психотерапевт, уже много лет разрабатываю методики активизации природных сил организма. В Санкт-Петербурге я руковожу научно-исследовательским Институтом традиционной народной медицины и клиникой «ROYALMED»: в нашем арсенале за много лет накопились сотни способов исцеления физических и психологических проблем.

Я и мои сотрудники всегда старались не только быть в курсе новейших разработок медицины, но и тщательно изучать достижения предшественников — не исключая трактатов древних и средневековых целителей. Беспольных знаний не бывает — вы согласны с этим?

**И я очень рад, что у меня есть возможность не только самому читать интересные издания, посвященные психотерапии, оздоровлению, укреплению энергетической защиты человека, но и знакомить с ними вас, мои дорогие друзья. Я всегда рекомендую своим читателям наиболее заслуживающие внимания книги. В первую очередь те, что рассматривают вопросы психологического и физического здоровья человека: решению этих проблем я сам посвятил всю свою жизнь. Роднит эти издания то, что они не рассчитаны на специалиста с высшим медицинским**

**образованием — любой желающий может не просто прочитать эти книги, но и применить на практике представленные в них рекомендации.**

Сегодня нас с вами ждет знакомство с книгой немецкого врача, нашего современника, пионера энергетической медицины Уве Альбрехта. Меня в его методиках привлекает то, что он уделяет внимание не только физическому состоянию человеческого организма, чем, к сожалению, грешат многие доктора. Уве Альбрехт соединил в своей практике достижения современной классической медицины, приемы целителей Древнего Китая, методы остеопатии, психотерапии, холистическую медицину и многое другое. Он разработал Innerwise® — особую энергетическую целительную систему.

Главной своей задачей немецкий медик изначально считал поиск методов, которые помогли бы человеку самостоятельно разобраться в назревших проблемах — как психологического плана, так и связанных с чисто физическим здоровьем. Первые же результаты исследований оказались ошеломляющими: более чем у половины населения Земли наблюдается явная дисгармония между рассудком и подсознанием. Еще около 30% «застыли» в относительно уравновешенном состоянии, но находятся под постоянной угрозой утратить здоровье и душевный покой. И лишь около 15% населения пребывают в гармонии. Под «гармоничным существованием» понимается весьма широкий спектр понятий: умение прислушиваться к своему организму и реагировать на негативные изменения, умение делать выбор, принимать решения и нести

за них ответственность, возможность понимать других людей, искать и находить выгоду...

И основным методом в разработках Уве Альбрехта становится прикладная кинезиология – это раздел медицины, заявляющий о том, что малейшие изменения в тонусе мускулатуры, в движениях тела могут быть «прочитаны» и, следовательно, восприняты как голос подсознания. Многочисленные тесты, проведенные немецким исследователем, и сотни отзывов от тех людей, которые успешно воспользовались предлагаемой им методикой, доказывают действенность этих разработок. А самое главное, что тесты Уве Альбрехта, о которых вы прочтете в этой книге (особенно знаменитый «тест на длину рук») не требуют никакого дополнительного оборудования и специальной подготовки!

**Итак, о чем вы прочтете в книге, которую я сегодня имею честь вам представить?**

- ◇ Вы научитесь слушать (и, что немаловажно, слышать) голос вашего подсознания и использовать это умение в рассмотрении самых разных вопросов – от решения проблем со здоровьем до выбора железнодорожных билетов.
- ◇ Вы познакомитесь с практическими приемами «чтения» сигналов вашего тела.
- ◇ Вы научитесь жить в гармонии с собой и окружающим миром.
- ◇ Вы приобретете истинную свободу, которая заключается не только в возможности исполнять свои желания, но и в ответственности за них – да-да, без этого свобода невозможна!

- ◇ Вы сможете избавиться от негативного влияния прошлого на свое энергетическое поле и не проецировать неприятные переживания на свое будущее.

Ну как, вы готовы узнавать новое и изменять свою жизнь к лучшему? Тогда открывайте книгу и начинайте читать! А я, со своей стороны, обещаю и далее знакомить вас с самыми интересными достижениями науки!

*Рушель Блаво,  
доктор медицинских наук, психотерапевт,  
руководитель Института традиционной  
народной медицины и клиники «ROYALMED»*

# ОТ АВТОРА

**Е**сли бы я был деревом, то выпил бы всю воду вокруг. Я шевелился бы в порывах ветра, питался бы светом солнечных лучей, жил бы с ранами от ножа, вырезавшего сердца на моей коре.

Если бы я был водой, то позволил бы себе течь. Я соединился бы с другими водами, превратился бы в пар на жаре и в лед – на холоде.

Если бы я был птицей, то мог бы летать, ходить, а иногда – нырять. Я был бы свободен и мог бы отправиться куда мне захочется.

*Но я – человек.*

И пока я человек, у меня всегда есть выбор – делать что-то или нет, когда делать это и как. В любой момент я могу оказаться на распутье, и мне понадобится принять решение. Иногда я принимаю хорошие решения, иногда – нет. Время от времени меня ведет моя интуиция, в других случаях я позволяю голосам извне влиять на меня. Все остальное – совпадение.

Если я хочу следовать безопасным маршрутом, всегда есть несколько главных путей. Если я хочу вдохнуть свежий воздух свободы – есть зеленые переулки, а если я хочу срывать цветы, есть изобильные луга.

Кроме того, нас может вести наша внутренняя мудрость. Она проявляется в наших инстинктах, догадках, видениях, а также в тесте на длину руки, который выражается в изменении длины рук, когда мы говорим «да» или «нет».

*ДА или НЕТ! Нет только одного – слова «возможно»!*

# Глава 1

## ТЕСТ НА ДЛИНУ РУКИ

**«Да» или «нет», но никогда —  
«ВОЗМОЖНО»**

**В**ы или беременны, или нет — вы не можете быть «немножко беременной». В ресторане вы должны сделать выбор и заказать определенные блюда. На перекрестке вы не сможете сдвинуться с места, если не выберете направление.

Это наша судьба, судьба людей. В любой ситуации необходимо принимать решение.

- ◇ Что я должен надеть сегодня?
- ◇ Что мне съесть на завтрак?
- ◇ Должен ли я сегодня принимать какие-нибудь витамины?
- ◇ Есть ли сегодня пробки? Каков сегодня самый быстрый маршрут?
- ◇ Что я первым делом должен сделать на работе?
- ◇ Что я должен купить в супермаркете, а от чего стоит отказаться?
- ◇ Как мне украсить свой дом?
- ◇ Нужно ли мне поставить свежие цветы в эту комнату?
- ◇ Нужно ли посетить доктора и проконсультироваться по поводу болей в пояснице?
- ◇ Что нужно делать, когда я простужаюсь?
- ◇ Нужно ли мне сегодня идти в кино?

Вопросы, вопросы, вопросы и постоянные решения — это наша судьба, судьба людей.

Цена нашей свободы — ответственность за себя и свои поступки.

## **Сознание или подсознание — кто решает?**

Вы можете подумать, что ум очень важен. Вы вправе считать, что с помощью ума вы можете добиться практически всего. Я раньше тоже так думал.

До того момента, когда начал тестировать всех пациентов, приходивших ко мне как к практикующему доктору, используя тест на длину руки.

Я просил, чтобы все они представляли себе одно и то же — что они здоровы.

Затем я просил их, чтобы они представили себе совсем противоположное — что они остались больными.

Я был потрясен результатом и внезапно увидел мир в новом свете.

Люди тратили на дорогу много часов, чтобы прийти ко мне и получить лечение. Они уже испробовали многочисленные методы лечения и были готовы заплатить из собственного кармана. И все эти люди объявили, что у них всего одно желание: наконец снова стать здоровым.

Тем не менее все они, без исключения, при прохождении теста на длину руки продемонстрировали стресс в тот момент, когда представили себя здоровыми. Их тела кричали «нет!», но затем все они показали «да»,

когда их попросили представить, что они остаются больными.

Я видел те же результаты, работая с парами, надеющимися забеременеть. Все они показали максимальный стресс, когда их попросили представить беременность. Как это могло сработать, если они не могли даже вообразить позитивную ситуацию?

Они говорили: «Мы все перепробовали в течение последних десяти лет, так что вряд ли и здесь нам помогут».

Обычно пары, надеющиеся забеременеть и приезжавшие ко мне для лечения, были способны забеременеть спустя примерно две недели. Естественно, это работает только в том случае, если оба партнера могут вообразить беременность на подсознательном уровне, то есть если тест на длину рук у обоих партнеров показывает «да» в вопросе беременности.

Мы сталкиваемся с той же проблемой внутреннего саботажа у несчастных неудачников или у одиноких людей. Всегда происходит одно и то же – ум говорит «да», а подсознание говорит «нет».

Следовательно, я начал проверять истинную долю влияния рассудка, по сравнению с подсознанием, на принятие решений.

90% всех проверенных показали следующие результаты: от 1% до 5% – рассудок; от 95% до 99% – подсознание.

Было всего несколько исключений, но все они были совершенно особыми людьми, с высоким уровнем сознания, отражавшимся в их ярких глазах и в целом в их ауре.

*Это объяснило мне, что если мы хотим что-то изменить, то должны общаться с нашим подсознанием и работать с ним.*

## Тело отвечает

Наши тела могут говорить. И они не лгут. Гусиная кожа, холодный пот, сексуальное возбуждение, учащенное сердцебиение при волнении, зевание и чихание для очищения от негативных энергий, внутренние колебания, вызванные страхом, — все эти отклики, способы, при помощи которых тело обращается к нам.

Все же можно добиться гораздо большего. Если мы говорим: «Я не могу вам сопротивляться!», — нас делает слабее не только наше сопротивление искушению — наши мышцы также становятся слабыми.

Мы состоим из множества ритмов — сердечного ритма, ритма дыхания — и еще многих, хотя их не перечисляют в обычных медицинских книгах. И они также меняются. Существует черепное дыхание и дыхание нашего позвоночника — краниосакральный ритм. У нашей печени также есть собственный ритм, то же относится и к почкам. У каждого органа есть свой ритм, его собственная вибрация, и ни один из этих ритмов не остается неизменным. Когда мы переживаем стресс или находимся в равновесии, наше дыхание и сердцебиение становятся быстрее или медленнее. Точно так же изменяется черепное дыхание, равно как и ритм любого органа в нашем теле.

Мы похожи на инструмент, который при правильной настройке кажется очень гармоничным и красивым. Но когда настройка нарушается или возникает дисгармония, он звучит совершенно ужасно.

В терминах математики, когда мы ощущаем равновесие и гармонию, наша вибрация синусоидальна.

Когда мы ощущаем стресс и пребываем в состоянии дисгармонии, ритм движется вверх и вниз и выглядит как хаотичная зубчатая кривая, напоминающая кривую фондовой биржи.

Затем, в дополнение к гармонии и дисгармонии, есть третье состояние: ригидность.

В этом случае, хотя мы официально не мертвы, но при этом нельзя сказать, что мы полностью живы. Мы просто функционируем в режиме выживания.

Вы думаете, что дисгармония или ригидность редки? Ничуть!

Большинство людей, живущих на этой планете, пребывают в состоянии дисгармонии, или, если быть точным, 59% населения планеты. Сколько людей живут полумертвыми или, говоря иначе, существуют в режиме выживания? 26% всех людей пребывают в состоянии ригидности.

Таким образом в гармонии удастся жить всего лишь 15% всех людей на этой планете.

Эти люди красивы внутренне, поэтому, по большей части, красивы внешне. Они кажутся красивыми, они способны чувствовать себя хорошо, быть счастливыми и обладать хорошим здоровьем на всех уровнях: физическом, мысленном, эмоциональном и энергетическом.