

Оглавление

ГЛАВА 1. КАК ДОСТИЧЬ ЗДОРОВЬЯ?

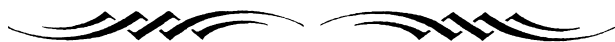
Ген Вселенской Гармонии	9
Программа молодости	12

ГЛАВА 2. МАТРИЦА ЗДОРОВЬЯ

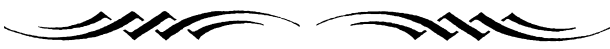
Дух, душа и тело	14
Главное — здоровье духа	16
Три важных правила	20

ГЛАВА 3. ГАРМОНИЗИРУЕМ СОБСТВЕННУЮ МАТРИЦУ ЗДОРОВЬЯ. ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ

1. Нашупываем блоки	23
Осознание духа.	
Знакомимся с высшим планом	23
<i>Упражнение 1.</i>	
Отделить зерна от плевел, или Как понять, чего вы хотите на самом деле	24



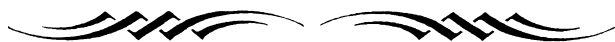
<i>Упражнение 2.</i>	
Мост времени или Как избавиться от негативного прошлого	28
<i>Упражнение 3.</i>	
Меняем программы нашей жизни	31
Проверка энергетического плана	34
<i>Упражнение 4.</i>	
Оценка общего уровня энергии	34
<i>Упражнение 5.</i>	
Проверка энергетических меридианов по точкам тревоги	36
<i>Упражнение 6.</i>	
Энергетическая защита	41
<i>Упражнение 7.</i>	
Дополнительная помощь и питание энергетических каналов	44
Проверка физического плана	46
<i>Упражнение 8.</i>	
Иди через боль	46
2. Формируем матрицу здоровья	57
<i>Упражнение 9.</i>	
Всемогущая сила любви (высший план)	57
<i>Упражнение 10.</i>	
Путь духа	59



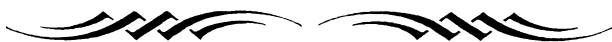
<i>Упражнение 11.</i>	
Радужный поток (получение энергии Космоса и ее свободный ток по каналам)	62
<i>Упражнение 12.</i>	
Получение энергии Земли и ее свободный ток по каналам	64
<i>Упражнение 13.</i>	
Заземление деструктивных энергий	65
<i>Упражнение 14.</i>	
Энергетический кокон (целостность и сила ауры)	67
<i>Упражнение 15.</i>	
Использование мест силы для гармонизации энергетики	69
<i>Упражнение 16.</i>	
Дыхание Гармонии	72
<i>Упражнение 17.</i>	
Единая матрица здоровья	74

ГЛАВА 4.
НАСТОЙЧИВОСТЬ, ВЕРА,
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ

Практики на каждый день для поддержания матрицы в гармоничном состоянии	77
Гармонизация всех аспектов жизни	77
1. Здоровье, безопасность и материальное благополучие	78



<i>Упражнение 18.</i>	
Сила намерения или благоприятное решение любых вопросов и задач	78
<i>Упражнение 19.</i>	
Покой и безопасность	81
<i>Упражнение 20.</i>	
Безопасность при природных катаклизмах	84
<i>Упражнение 21.</i>	
Выбор безопасного и спокойного места для жительства	86
<i>Упражнение 22.</i>	
Настрой на молодость и здоровье.	89
<i>Упражнение 23.</i>	
Открытие целительских способностей	92
<i>Упражнение 24.</i>	
Использование целительского канала для помощи родным и близким.	95
<i>Упражнение 25.</i>	
Золотой мир изобилия	98
2. Успех и реализация	101
<i>Упражнение 26.</i>	
Отказ от борьбы для достижения цели	101
<i>Упражнение 27.</i>	
Нейтрализация негатива и разрешение проблем.	104



<i>Упражнение 28.</i>	
Цветок лотоса: пробуждение талантов и способностей	107
<i>Упражнение 29.</i>	
Пик возможностей. Состояние Творца	110
<i>Упражнение 30.</i>	
Пробуждение интуиции	113
3. Любовь и благоденствие	115
<i>Упражнение 31.</i>	
Поток жизни	115
<i>Упражнение 32.</i>	
«Польный бамбук». Неуязвимость для агрессии и негативных энергий	118
<i>Упражнение 33.</i>	
Идеальные отношения	121
<i>Упражнение 34.</i>	
Река любви.	123
<i>Упражнение 35.</i>	
Для налаживания отношений с детьми	125





ГЛАВА 1

КАК ДОСТИЧЬ ЗДОРОВЬЯ?

Этим вопросом люди задаются не одну сотню лет.

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

Итак, здоровье это:

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

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

Но как же достичь этого?

Ответ на этот вопрос, быть может, покажется парадоксальным.

**К такому здоровью
НЕ НУЖНО СТРЕМИТЬСЯ!**

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

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

И чтобы достичь здоровья, к нему **НУЖНО ВЕР-
НУТЬСЯ!**

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

Вернуться — значит

ВОССТАНОВИТЬ ГЕН ЗДОРОВЬЯ.

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

**Ген Вселенской
Гармонии**

Мифы всех народов, все древние манускрипты говорят о том, что некогда на земле царил Золотой век, когда люди не знали ни болезней, ни бедности, жили счастливо и очень долго. Да, мифы есть мифы,

в них всегда присутствует немалая доля вымысла и преувеличения. Но любой миф основан на каком-то факте. А уж если мифы о золотом времени *есть у всех народов*, это значит, что в древности люди *действительно* доживали до таких лет, что нам и представить себе невозможно.

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

Почему же срок жизни человека настолько сократился?

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

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

Но почему же ген здоровья был утрачен? Как получилось, что люди очень быстро, буквально в течение двух-трех тысячелетий (а в масштабе

мировой истории это совсем небольшой промежуток времени) начали болеть и умирать, не прожив и одного века?

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

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

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

Однако прежде чем касаться вопросов Духа, надо разобраться с тем, что такое ген – на физическом, материальном, видимом уровне. Ген это особая структура, находящаяся в ядре каждой клетки организма. Ген – своего рода секретное «послание», содержащее информацию, от которой зависит жизнедеятельность всего организма. Ген здоровья хранит в себе информацию о нормальном функционировании всех органов. И этот самый ген очень чутко реагирует на мысли, эмоции и нравственные установки человека. С одной стороны, именно эта особенность гена

здоровья стала причиной того, что человечество начало болеть и умирать очень рано. Но эта же особенность дает нам надежду и ключ к разгадке главного вопроса:

КАК НЕ БОЛЕТЬ И ЖИТЬ ДОЛГО?

Программа молодости

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

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

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

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

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

Как повлиять на клетку?

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

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

