



Создание новой молодости

Создание  
МОЛОДОЙ  
ДУШИ



Георгий Сытин

**Георгий Николаевич Сытин**  
**Создание молодой души**  
Серия «Создание новой молодости»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=42341003](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42341003)*

*Создание молодой души / Сытин Г. Н.: Весь; Санкт-Петербург; 2012*

*ISBN 978-5-9573-2026-5*

### **Аннотация**

Для того чтобы создать молодую душу, необходимо упорно работать над собой, особенно в пожилом возрасте. Надо «войти» в молодые мысли, которыми живут 18-20-летние люди. Юношеский возраст – это видение великой перспективы грядущей жизни, будущего счастья. Это светлые радостные чувства, веселое жизнерадостное настроение, когда душа поет от счастья, от радости жизни, когда зазорный огонек ярко светится в глазах. Настроения, приведенные в этой книге, помогут вам в работе над собой. Автор предлагает целую систему настроений, направленных на оздоровление-омоложение души. Для широкого круга читателей.

# Содержание

От автора	5
Воспитывающая медицина	12
Методика успешного усвоения настроев	19
Самопреображение (1-й вариант)	28
Конец ознакомительного фрагмента.	37

# Георгий Николаевич Сытин

## Создание молодой души



### ДИПЛОМ

Лауреата премии V Всероссийского конгресса  
«Профессия и здоровье»

*«За достижения в области сохранения  
здоровья работающего населения России»*

Настоящим дипломом награждается

---

**СЫТИН**

---

**Георгий Николаевич**

---

за большую научно-практическую деятельность  
в области укрепления здоровья лиц, занятых на производстве

Заместитель Председателя  
Совета Федерации  
Федерального Собрания РФ  
М.Е. Николаев

Заместитель  
министра здравоохранения  
и социального развития РФ  
Р.А. Халифин

Москва, ноябрь 2006 г.

Президент Конгресса,  
директор ГУ НИИ медицины  
труда РАМН, академик РАМН  
Н.Ф. Измеров

Георгий Сытин

Академик Международной академии наук (Мюнхен), доктор медицинских наук, доктор психологических наук, доктор педагогических наук, доктор философских наук

# От автора



Сегодня мы можем практически решить такую глобальную проблему, как создание молодого тела, переход на жизнь по закону постоянного-непрерывного, вечного всестороннего развития без старения.

Когда я четверть века назад выступил на очень авторитетном научном симпозиуме и высказал эту идею, меня на смех подняли: жить без старения невозможно. И обвинили меня в том, что я пытаюсь заменить естественные законы на законы, мной выдуманные.

Прошло 25 лет. Наука нашла подтверждение моим мыслям: немалое количество животных и птиц живут без старе-

ния. И на седьмом Всероссийском конгрессе «Профессия и здоровье» выступил директор Института биологии старения Российской академии наук с докладом, который он посвятил возможности жизни без старения. Была поставлена задача: перестраиваться на жизнь без старения.

За эти четверть века я накопил огромный материал, позволяющий заняться созданием новой молодости, особенно много у меня появилось настроев по созданию бессмертного тела. Этот материал будет издаваться в книгах, объединенных под общим названием «Создание новой молодости».

Вот посмотрите на меня. Мне исполнилось в августе 2011 года 90 лет. Я никогда не оформлял себе пенсии, всегда работаю. Участник Великой Отечественной войны, был ранен в 1944 году. Выписали меня из госпиталя инвалидом первой группы, а 13 лет спустя военная врачебная комиссия горвоенкомата города Москвы, весьма авторитетная медицинская комиссия, сделала заключение о том, что я подлежу службе в армии, что я годен к строевой без ограничения.

В 68 лет я стал отцом дочери. Она сейчас студентка МАИ. В 70 лет я стал отцом сына. На данный момент он студент Бауманского университета. И когда меня люди в 50–60 лет спрашивают, как жить, я говорю: надо заводить детей и воспитывать их. И тогда вы сами увидите, что перед вами будет совсем другая перспектива жизни.

На основании моего огромного опыта и опыта тех людей, которые уже практически занимаются созданием новой мо-

лодости, мы имеем ряд научных официальных заключений, что эти люди становятся моложе на 20-25-30 лет.

На сегодняшний день я так себе представляю процесс создания новой молодости. Первый, основной этап – это самопреобразование. Два варианта я уже сделал, они приводятся в книге, но оба мужские. Если с настройми работает женщина, то она должна проговаривать их в женском варианте (один такой образец приведен в книге). По времени звучания это составляет 25 минут. Значит, это не так просто: 25 минут уходит на то, чтобы проговорить, осмыслить себя молодым 20-летним человеком.

Я перепробовал разный возраст, начиная с 15 лет: 16, 17, 18, 19, 20. И, в конце концов, не только я, но и все люди, которые вместе со мной занимаются созданием новой молодости, пришли к мысли о целесообразности выбора 20-летнего возраста. Подростковый возраст оказался непригодным, от него все отказались. В 17–18 лет еще не созрели биологические и социальные аспекты жизни человека. 20 лет, оказывается, возраст для самопреобразования самый подходящий. Разница между мужчиной и женщиной здесь выглядит примерно в один год.

В книге даны настройки, ориентированные на разный возраст. Каждый читатель сам выбирает, какой возраст ему подходит.

Когда самопреобразование произошло, встают следующие проблемы: создание молодой души, создание молодой голо-

вы, молодой нервной системы, молодой сердечно-сосудистой системы, молодого тела.

По поводу создания молодой души совершенно необдуманно, неосмысленно многие пожилые люди говорят: «У меня душа молодая». Когда я начинаю выяснять, в чем же она молодая, то оказывается, что это просто пустые слова. Для того чтобы создать молодую душу в пожилом возрасте, нужна огромная упорнейшая работа.

Надо войти в молодые мысли, в мысли, которыми живут молодые 20-летние люди. Молодой юношеский возраст – это молодые-веселые-радостные мысли, это видение великой перспективы будущей жизни, это видение будущего счастья, будущей радости жизни. Это светлые радостные чувства. Это веселое, жизнерадостное настроение, когда вся душа поет от счастья, от радости жизни, когда веселый огонек ярко светится в глазах.

Следующий этап – это создание молодой нервной системы. Когда я вижу людей, которые нуждаются в помощи сердцу, я хотел бы сразу же им помочь и проговорить настрой на создание молодого сердца. Но на практике оказалось, что эта проблема архитрудная: невозможно в старом теле создать молодой орган. И проблема создания молодого сердца потянула за собой задачу создания молодого тела.

В медицине в возрастной физиологии известно следующее: с возрастом сердце слабеет, слабеют мышцы сердца, идут атрофические процессы, которые надо остановить.

Мышцы сердца теряют физическую силу, вследствие чего происходит снижение нижнего сердечного давления. Если в молодом возрасте, в 20–25 лет, нижнее сердечное давление 80, а общее давление 120/80, то с возрастом нижнее сердечное давление уменьшается. У тех, кто доживает до 100 лет, нижнее давление уже 45–50. В 60 лет уже будет хорошо, если нижнее сердечное давление сохранится 70, у тех, кому 75 лет, оно падает до 65, а в 80–85 лет – уже 60.

Когда я стал создавать настройки на создание молодого сердца, то понял, что решение задачи упирается в необходимость поднятия нижней цифры сердечного давления. И это оказалось очень трудным делом. Создание молодой головы, молодого головного мозга упирается в проблему создания молодого сердца. Заниженное сердечное давление ухудшает питание мозга.

Все, наверное, слышали, что в старческом возрасте люди глупеют. А почему? С чего все начинается? А начинается все с того, что сердце не отдыхает во время ночного сна. Раздраженный, возбужденный головной мозг, слабеет мозговой центр сна. Получается полудремотное состояние вместо глубокого сна, и сердце не отдыхает. Не снижается пульс, не замедляется жизнь сердца. Сердце не переходит на сонный ритм жизни. А сонный ритм жизни – это примерно 62 удара пульса в минуту. Чтобы сердце отдыхало, надо ночью замедлить темп жизни сердца с 72 до 62. А давление надо снизить со 120/80 до 110/70. Вот общая картина и получает-

ся довольно затруднительная.

У меня лечился один больной, ему 83 года. Я в медицинскую карту записал: сердце не отдыхает во время ночного сна. Я, как мог, убедительно старался объяснить, что необходимо создать здоровый сон, необходимо, чтобы сердце отдыхало во время ночного сна. Я увидел, что из-за этого головной мозг не получает достаточного питания и это может привести к резкому падению психической деятельности, к резкому снижению всех психических процессов.

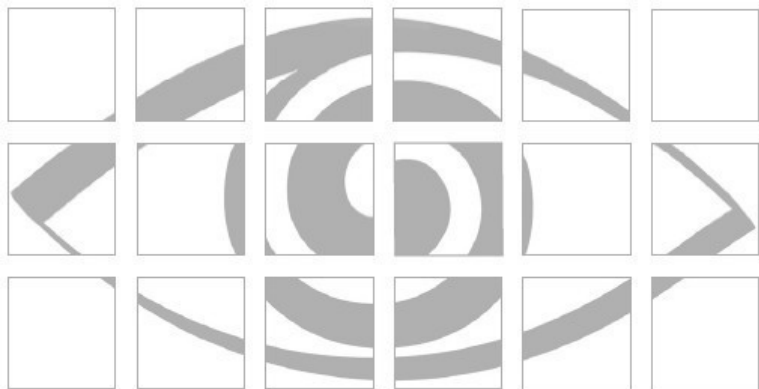
Он меня выслушал, но никаких выводов для себя не сделал. Настрой «Отдыхает сердце во время ночного сна», который я дал, не слушал. Через месяц приходят – резкое падение интеллектуальной деятельности. Человек этот стал выглядеть таким глупеньким, ничего не понимающим: не отличает где пиджак, где брюки, не понимает элементарных слов. Врач дал заключение – резкое снижение интеллектуальной деятельности, нарушение дошло до третьей степени умственной деятельности.

Этот пример я привожу для того, чтобы было понятно, какое важнейшее значение имеет деятельность сердца для жизни головного мозга. А головной мозг управляет всеми жизненными процессами в физическом теле. Поэтому сначала надо усилить сердце, поднять нижнее сердечное давление, и вы сразу почувствуете себя гораздо лучше, сразу испытаете прилив новых сил, рождение новых жизненных сил и в душе и в теле. А постоянное давление, постоянный

здоровый правильный ритмичный пульс обеспечивают полнокровную здоровую-энергичную жизнь головного-спинного мозга и всей нервной системы. Только после этого можно переходить к созданию молодой нервной системы.

Вот такая схема работы над собой по созданию новой молодости: сначала настрои на самопреображение, затем на создание молодой души, молодого тела, молодой головы и т. д. Каждый день проговариваете не менее десяти настроев, то есть работаете над собой в среднем 4 часа. Для усвоения настроев используйте время, пропадающее зря, например по пути на работу и домой.

# Воспитывающая медицина



Сегодняшняя медицина не ставит задачу полного восстановления здоровья при каждом заболевании. И человек не ставит перед собой такой задачи. Поэтому мы все сегодня являемся свидетелями того, как у каждого человека на не вылеченные до конца нарушения здоровья наслаиваются все новые и новые заболевания, их становится все больше и больше, они ускоряют старение. В борьбе с ними расходуются жизненные силы – их становится все меньше и меньше, и в конце концов человек преждевременно погибает.

Чтобы изменить эту картину и увеличить продолжительность жизни человека, необходимо всегда добиваться полного восстановления здоровья при каждом заболевании. Если

человек ставит перед собой такую задачу, то, как показывает опыт, в борьбу за здоровье включаются совершенно другие нервно-мозговые и духовные механизмы, которые способны полностью восстановить здоровье. Понятно, что для этого *человек должен включиться в активную работу над собой* в целях полного выздоровления.

Медицина должна научить человека правильно ставить задачу на полное выздоровление, обучить его приемам работы над собой и руководить человеком до полного его выздоровления. Чтобы врач мог выполнять эту работу, ему необходимо дать соответствующую подготовку.

Чтобы обрести крепкое здоровье и сохранять его на протяжении всей жизни, человек должен постоянно настраивать себя на ускорение выздоровления, на замедление старения. Сделать это с помощью лекарств без участия самого человека совершенно невозможно. Следовательно, человека надо убедить в том, что он может сам успешно ускорять выздоровление, замедлять старение и увеличивать продолжительность своей жизни.

Но для этого медицина должна учить человека заботиться о собственном здоровье, стремиться вести здоровый образ жизни, думать о себе как о человеке здоровом. **Мысль человека о себе творит тело, как здоровое, так и больное.**

Современная медицина пытается изучать и лечить человека в отрыве от его мыслей. Такая медицина не имеет на-

учной основы. Необходимо широкое внедрение духовной – воспитывающей медицины. Тот, кто назначает лечение, должен быть воспитателем, специалистом в области темперамента, характера, способностей, воли, самовоспитания и всей духовной сферы человека, а не только в области строения физического тела.

*Духовная – воспитывающая медицина* – это высшие духовные технологии: приемы самовоспитания, саморазвития, самообучения, самооздоровления, самовосстановления молодости; это высшие формы ощущений, чувств, представлений памяти и воображения, мышления и воли; это словесно-образная эмоционально-волевая поддержка.

*Духовная – воспитывающая медицина включает в себя приемы работы над собой, настрой и методику усвоения настроев.*

**Настрой** – это точная словесная формулировка знания, точно сформулированная мысль человека о самом себе, которую надо усвоить. Настрой не имеет срока годности, который есть у всех лекарств. Настрой – это мыслеобразное эмоционально-волевое самоубеждение, которое неизмеримо сильнее многих лекарств. Возможности лекарств весьма ограничены, возможности самоубеждения практически безграничны.

Настрои отражают мысль об оздоровлении-омоложении в словесной формулировке. Образ, чувства и волевое усилие в своем единстве создают импульс с головного мозга во

внутреннюю среду физического тела такой огромной мощности, что он способен не только влиять на активность любого органа и любой системы, но и устранять патологические нарушения в анатомических структурах. Благодаря этому без хирургических операций можно удалять новообразования, восстанавливать функцию и внутреннее анатомическое строение любого органа и системы физического тела и возрождать молодой организм, продлевая жизнь.

Духовная – воспитывающая медицина использует **скрытые возможности человека**. А скрытые возможности человека практически безграничны. В чем они проявляются? Это нам всем известно и по книгам, и по телевидению, и по другим источникам. Скрытые возможности человека таятся в мыслях человека о самом себе. Человечеству они давно известны, их показывают на сцене, в кинофильмах: хождение по горящим углям, по битому стеклу и т. и. Сами люди, которые демонстрируют эти необыкновенные опыты, не могут объяснить, как они это делают. Профессор Г. Н. Сытин впервые открыл, что механизм этих феноменов есть **самоубеждение**, ядром которого является волевое усилие. Экспериментатор думает с материализующей силой мысли: «Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: мое тело тверже стали, тверже алмаза...» Эта мысль включает духовный аппарат тела, который безгранично управляет телом. Никто не знал и не мог использовать эти механизмы для лечения, для продления жизни, для создания новой молодости.

сти, впервые в истории человечества это сделал профессор Г. Н. Сытин.

Эти мысли сильнее всемогущей судьбы, потому что они способны сами создавать новую великую Божественную судьбу, способны настроить на жизнь в течение сотен лет, на жизнь по законам постоянного развития без старения. Благодаря этому есть на земном шаре люди, которые живут уже сотни лет. Бабаджи<sup>1</sup> живет уже третью тысячу лет по закону постоянного развития без старения.

Мысль человека о самом себе изменяет духовную и физическую материю, то есть может изменять и душу, и судьбу в высших Божественных духовных сферах. Такая мысль может изменять само физическое тело, да еще как изменять, например приводить свое тело в такое состояние, что оно становится тверже стали и алмаза.

Духовная – воспитывающая медицина использует все эти скрытые возможности человека, но не ради феноменов, которые никому пользы не приносят, а для создания новой молодости и для исцеления от всех болезней, которые есть у человека.

Спрашивается, а возможна ли вообще в принципе такая жизнь без старения, да еще с постоянным развитием? Наука сейчас обнаружила много живых существ – и рыб, и жи-

---

<sup>1</sup> Бабаджи – буквально «уважаемый отец», великий аватар, сумевший преодолеть физические ограничения срока человеческой жизни. Бабаджи неоднократно являлся людям, сохраняя один и тот же образ.

вотных, – живущих на Земле, которые живут без старения по 200, 250 и 300 лет. Рыбы при этом в 300-летнем возрасте не обнаруживают никаких признаков старения, так же нерестятся, так же размножаются, так же ведут активный образ жизни. И в этом плане рыба, которой 300 лет, ничем не отличается от той, которой 10 или 20 лет.

Духовными усилиями человек может дематериализовать в одно мгновение свое физическое тело вместе со всей одеждой, обувью и головным убором. И сейчас есть люди, которые это делают. Бабаджи, например, из своего ашрама депортировался ко мне в московскую квартиру, и у нас с ним состоялась встреча.

Когда я спросил Бабаджи при личной встрече, правильно ли я думаю, что он живет по закону постоянного развития, он ответил: «Да, правильно. И тебе советую жить так же» (то есть перестроиться на жизнь без старения, на жизнь постоянного развития, постоянного совершенствования).

В наших экспериментах мы показали, что эта сила мысли изменяет духовную и физическую материю и благодаря этому явно, зримо изменяет всю психику, душу человека и его физическое тело.

Благодаря использованию скрытых возможностей человека духовная – воспитывающая медицина показала, что наша практика исцеляет людей от таких болезней, которые считаются неизлечимыми, например: рассеянный склероз, шизофрения и все онкологические заболевания.

Для восстановления молодости, продления жизни нужна духовная поддержка. Она может сочетаться с любым полезным лечением: массажем, компрессами, таблетками, микстурами, уколами, со всякими высокими технологиями. Но *без духовной поддержки невозможно восстановить молодость, продлить жизнь.*

Практика показала, что духовные структуры души определяют телесные структуры: усвоение настроев соответствующего содержания устраняет новообразования во всем физическом теле, где бы они ни находились.

# Методика успешного усвоения настроев

Легче усваивать настрой, если прослушивать его в звукозаписи. Наговорить настрой на магнитофон или диктофон вы можете для себя сами. Тон изложения должен быть твердым, деловым, убедительным, безо всякого пафоса. Таким же тоном при возможности проговаривайте настрой вслух, а нет условий – читайте или проговаривайте по памяти про себя. Одни люди предпочитают прослушивать настрой, другие – прочитывать. При прослушивании можно еще и делать что-нибудь по хозяйству. Но лучше, если вы постараетесь не отвлекаться и сосредоточиться.

Настраивайте себя на глубокое, прочное усвоение настроев. В этом вам поможет приведенный ниже *настрой «На усиление волевого внимания»*.

Огромной-колоссальной силы животворящая новорожденная жизнь вливается в мою голову. Колоссальная энергия созидания вливается в мою голову. Во все миллиарды нервных клеток головного мозга вливается колоссальная энергия созидания. Во все миллиарды нервных клеток головного мозга вливается колоссальная энергия быстрого развития.

Все мои умственные способности быстро, быстро-энергично развиваются, быстро усиливается воля.

Огромной-колоссальной силы животворящая новорожденная

денная жизнь всю насквозь, всю насквозь наполняет мою голову. Во мне рождается новорожденно-молодая здоровая веселая-игривая душа. Во мне рождается новорожденно-молодая здоровая-здоровая веселая душа.

Здоровый дух рождает крепкую здоровую голову. Огромной-колоссальной силы животворящая новорожденная жизнь вливается в мою голову. Яркий-яркий белый свет вливается в мою голову, яркий-яркий белый свет вливается в мою голову. Яркий-яркий белый свет вливается в затылок, яркий-яркий белый свет вливается в затылок. Вся насквозь голова ярко-ярко-ярко-светлая, в глазах ярко-ярко светло. В глазах ярко-ярко светло. Вся насквозь голова ярко-светлая, в глазах ярко-ярко светло.

Огромной-колоссальной силы животворящая новорожденная жизнь вливается в мою голову. Колоссальная энергия созидания вливается во все миллиарды нервных клеток головного мозга. Сразу-одновременно вливается колоссальная энергия созидания. Огромная-колоссальная энергия быстрого-быстрого развития вливается во все миллиарды нервных клеток головного мозга. Все мои умственные способности быстро развиваются. Быстро активизируется мое мышление, рождается все более быстрое, все более энергичное мышление. Усиливается память, рождается все более яркая, все более сильная память.

В мозговые механизмы воли вливается колоссальная энергия созидания. В мозговые механизмы воли вливается

колоссальная энергия быстрого развития. Усиливается воля, возрастает духовная сила. Я рождаюсь человеком большой-огромной духовной силы. Я рождаюсь человеком все более сильной воли. Рождается все более прочное, все более устойчивое волевое внимание. Рождается все более прочное, все более устойчивое волевое внимание.

Во время усвоения настроев я полностью выключаюсь из внешнего мира, во время усвоения настроев весь внешний мир перестает для меня существовать. Я целиком сосредотачиваюсь на содержании настроения. Я целиком сосредотачиваюсь на содержании настроения. Кроме содержания настроения, в моей душе нет ничего. Во время усвоения настроения в моей душе нет ничего, кроме содержания настроения. Весь внешний мир перестает для меня существовать, весь внешний мир перестает для меня существовать. Я целиком сосредотачиваюсь на содержании настроения, я целиком и полностью сосредотачиваюсь на содержании настроения. Кроме содержания настроения, в моей душе больше нет ничего.

Волевое внимание становится все более сильным, все более прочным. Я мобилизую все свои силы на то, чтобы как можно более глубоко сосредоточиться на содержании настроения. На протяжении всего времени усвоения настроения в моей душе нет ничего, кроме содержания настроения. Весь внешний мир перестает для меня существовать на все время усвоения настроения. Волевое внимание становится все более сильным, все более сильным, все более прочным.

В мозговые механизмы воли вливается колоссальная энергия созидания, в мозговые механизмы воли вливается колоссальная энергия быстрого развития. Мозговые механизмы воли резко усиливаются, рождаются мозговые механизмы воли большой-огромной силы.

Усиливается воля, крепнет характер. Рождается все более сильное самоуправление, рождается все более сильное самоуправление. Я полностью управляю всем своим поведением, всеми своими мыслями, всеми своими чувствами. Рождается полное господство духа над телом.

Всепобеждающая воля светится в моих глазах, огромная сила духа светится в моих глазах, огромная сила духа светится в моих глазах.

Колоссальная энергия созидания всю насквозь наполняет мою голову. Во все мозговые механизмы вливается колоссальная энергия созидания, во все мозговые механизмы вливается колоссальная энергия быстрого развития. Все мозговые механизмы рождаются новорожденно-исправные, идеально исправные, абсолютно исправные. Во все мозговые механизмы вливается колоссальная энергия быстрого развития. Все мозговые механизмы становятся сильней-энергичней, сильней-энергичней.

Возрастает моя общая работоспособность, возрастает моя умственная работоспособность: я могу сосредоточенно усваивать нужный мне настрой часами напролет, не зная усталости. Я могу активно, активно-сосредоточенно усваивать на-

строй часами напролет, не зная усталости. Рождается практически безграничная умственная работоспособность.

В мозговые механизмы вливается колоссальная энергия, вливается колоссальная энергия быстрого развития, вливается колоссальная энергия созидания. В мозговые механизмы воли вливается колоссальная энергия созидания, в мозговые механизмы воли вливается колоссальная энергия быстрого развития.

Усиливается воля, усиливается воля, крепнет характер. Огромная сила духа рождается сейчас во мне. Навсегда, на все времена во мне рождается огромная сила духа. Всепобеждающая воля светится в моих глазах. Я все смею, все могу. Для меня нет ничего невозможного. Рождаются энергичные-сильные мозговые механизмы воли. Всесокрушающая-всепобеждающая сила духа рождается в моей душе. Рождается полное господство духа над телом. Я безгранично управляю всем своим поведением, всеми своими мыслями, всеми своими чувствами.

На время усвоения настроев я полностью выключаюсь из внешнего мира, целиком сосредоточиваюсь на содержании настроев. Мое волевое внимание становится все более сильным, все более прочным. Волевое внимание становится все более сильным, все более прочным.

Во все мозговые механизмы вливается колоссальная энергия созидания. Все мозговые механизмы рождаются новорожденно-исправные, идеально исправные, абсолютно ис-

правные. Я иду к полному окончательному выздоровлению, я иду к полному окончательному выздоровлению, и это наполняет меня радостью жизни.

Веселый огонек загорается в моих глазах, солнечная светлая весенняя улыбка на моем лице. Вся душа поет от счастья, от радости жизни.

Независимо от того, знает человек текст наизусть или нет, настрой усваивается только в процессе его прослушивания или проговаривания. Усваивать настрой нужно до тех пор, пока ваше состояние не придет в полное соответствие с содержанием настроя.

При усвоении настроя старайтесь вести себя как можно активнее (лучше ходите), прилагайте усилия к запоминанию текста. Это повышает активность усвоения.

*Усвоить настрой – значит привести себя в полное соответствие с его содержанием (а не просто запомнить текст).*

Те фрагменты текста, которые вам больше нравятся и имеют особое значение, полезно прослушивать, прочитывать или проговаривать по памяти большое число раз. Особенно полезно при прослушивании настроя повторять мысль за мыслью громко вслух, обязательно останавливая запись нажатием кнопки «Пауза».

*Для устранения любых новообразований* необходимо переписывать настрой с аудиозаписи на бумагу. Прослушав одну фразу, нажмите кнопку «Пауза» и постарайтесь эту

фразу полностью записать, соблюдая орфографию. За это время с головного мозга идет мощнейший импульс во внутреннюю среду организма, уничтожающий новообразование. При использовании книги надо запомнить всю фразу, обязательно закрыть книгу и затем записать фразу целиком. Переписывание настроя отдельными словами бесполезно.

Усилить мысли о самом себе, сделать их действенными, увеличить работоспособность в работе над собой вам поможет настрой *«Усиление мыслей о себе»*.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: мое тело всегда исправное, здоровое, молодое-юное, не тронутое жизнью. Все мое тело первозданно красивое.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: все мое тело наполнено живой Божественной структурной внутриклеточной-межклеточной водой, которая все тело наполняет молодой упругостью, наполняет крепостью юности. Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: все мое тело непрерывно становится все более упругим, все более крепким, как из сплошной резины, не ущипнешь – в складку не соберешь.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: мое тело гладкое румяное. Мое тело белоснежно-светлое, белоснежно-чистое, розовое-румяное, первозданно свежее, новорожденно-юное, Божественно красивое все мое тело.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: я всесторонне развиваюсь-совершенствуюсь, быстро-весело

расту, готовлюсь к взрослой жизни. Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: я буду расти 50 лет. Через 50 лет я стану взрослым 17-летним юношей в 180 сантиметров ростом, стану красавцем-богатырем, абсолютно не тронутым жизнью.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: я постоянно всесторонне развиваюсь, всесторонне совершенствуюсь, становлюсь все более высокоразвитым, все более талантливым, все более быстро обучаемым прекрасным юношей, полным здоровья и сил.

Своим внутренним зрением я всегда вижу себя 17-летним прекрасным юношей. Своим внутренним зрением я с яркостью молнии всегда вижу: постоянно-непрерывно все мои мысли о себе усиливаются, усиливаются в миллионы раз. Своим внутренним зрением я с яркостью молнии вижу: все мои мысли о себе обладают гигантской материализующей силой, изменяют духовную и физическую материю и немедленно материализуются, немедленно исполняются.

Своим внутренним зрением я с яркостью молнии вижу: постоянно-непрерывно возрастает, непрерывно возрастает моя работоспособность в области работы над собой. Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу, с яркостью молнии чувствую, с твердостью стали знаю: я уже сегодня могу работать над собой целый день напролет, со свежими силами, с огромной-гигантской-титанической силой, материализующей силой мысли.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: все мои мысли о самом себе немедленно исполняются. С твердостью стали знаю как Божественную истину от самого Бога: все мои мысли о самом себе немедленно с гигантской скоростью исполняются.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: все новообразования в теле, кисты в лоханках почек, киста печени, аденома предстательной железы – все новообразования в физическом теле с гигантской скоростью исчезают. Все физическое тело возрождает свое юношеское, Богом созданное, идеально правильное, здоровое строение.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: все мое тело новорожденно-юное, первозданно свежее, Божественно красивое, белоснежно-светлое, белоснежно-чистое, розовое-румяное, новорожденно-юное, красивое, богатырски сильное тело.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии всегда вижу: моя голова молодая-юная, 17-летняя, первозданно красивая. Своим внутренним зрением всегда с яркостью молнии вижу: мое лицо молодое-юное, первозданно свежее, первозданно красивое. Своим внутренним зрением с яркостью молнии всегда вижу: мои глаза большие яркие блестящие, выразительные, волевые умные, одухотворенные, красивые, Божественно прекрасные. Своим внутренним зрением всегда с яркостью молнии вижу: на голове целая копна густых красивых молодых волос.

Своим внутренним зрением всегда с яркостью молнии вижу: я 17-летний, Божественно красивый, энергичный-быстрый, богатырски сильный юноша, полный здоровья и сил. Своим внутренним зрением всегда с яркостью молнии вижу: я 17-летний, веселый-жизнерадостный-счастливый 17-летний юноша, полный здоровья и сил.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: в моей судьбе запрограммирована веселая-счастливая-радостная жизнь в течение 300 лет и дальше. Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу: в моей судьбе запрограммирована жизнь по закону постоянного развития, постоянного совершенствования.

Каждый настрой специально создается для решения конкретной задачи. Как уже говорилось, работу по созданию новой молодости надо начинать с усвоения настроев «Самопреображение».

## **Самопреображение (1-й вариант)**

Сегодня... (*назовите число, месяц, год*). Я сейчас совершаю самопреображение себя в 20-летнего прекрасного, идеально здорового, энергичного, богатырски сильного юношу, полного здоровья и сил, абсолютно не тронутого жизнью.

Я совершаю преобразование себя в сына Бога Вселенной. Я совершаю сейчас самопреобразование себя в сына великого Божественного высокоразвитого народа Вселенной, люди

которого живут в земном исчислении времени тысячи и миллионы лет здоровой счастливой радостной жизнью.

Люди моего народа, сыном которого я являюсь, летают на НЛО, живут и на нашей планете Земля. Люди моего великого народа Вселенной, сыном которого я являюсь, живут по часам Вселенной. Один год Вселенной составляет 750 тысяч земных лет. По часам Вселенной земные люди живут всего 11 секунд.

Я сейчас перевел себя на жизнь по часам Вселенной, так же как живут все люди моего великого высокоразвитого, духовно высокого народа, который в земном исчислении времени живет очень давно, миллиарды лет. Люди моего народа высокоразвитые, живут в земном исчислении времени тысячи и миллионы лет.

Атланты живут в пещерах в горах Гималаев миллион лет, до полутора миллиона лет – в состоянии самати. А люди моего народа живут веселой-здоровой-счастливой радостной жизнью в дневном исчислении времени тысячи и миллионы лет, веселой-счастливой-радостной жизнью.

Я сегодня совершил самопреображение себя в 20-летнего прекрасного растущего, всесторонне развивающегося юношу, полного здоровья и сил, гигантски энергичного, быстрого, богатырски сильного, идеально здорового, абсолютно не тронутого жизнью.

Я теперь буду со всепобеждающей настойчивостью, с беспредельной дерзновенностью постоянно ускорять превраще-

ние меня в прекрасного 20-летнего юношу. За 5 лет я полностью превращу себя в 20-летнего здорового прекрасного юношу.

Своим внутренним зрением я с яркостью молнии вижу себя через 5 лет 20-летним прекрасным, идеально здоровым, богатырски сильным, энергичным-быстрым юношей, красавцем-богатырем, полным здоровья и сил, абсолютно не тронутым жизнью. С яркостью молнии чувствую, с твердостью стали знаю: за 5 лет я полностью превращу себя в 20-летнего прекрасного долголетнего юношу.

Своим внутренним зрением я с яркостью молнии вижу себя в далеком будущем времени вместе со своим сыном, внуками, правнуками, с многочисленными поколениями моего собственного потомства в течение 300 лет и дальше, и дальше, и дальше. Как и все люди моего великого Божественного народа Вселенной, я живу по часам Вселенной.

Своим внутренним зрением с яркостью молнии вижу весь свой жизненный путь в течение 50 лет. Я буду расти, физически расти, всесторонне быстро-весело развиваться, всесторонне совершенствоваться, овладевать всеми Божественными способностями, готовиться к настоящей веселой здоровой взрослой жизни.

Через 50 лет закончится мой физический рост. За 50 лет я научусь телепортации, хождению астральным путем, вхождению в информационное поле Земли и всей Вселенной и получению знаний, нужных мне в полном объеме, в одно

мгновение без предварительного обучения.

И после 50 лет я буду продолжать всесторонне и духовно и физически развиваться, всесторонне совершенствоваться, жить идеально здоровой, веселой-счастливой-радостной жизнью в течение 300 лет и дальше, и дальше, и дальше.

Я изо всех сил стараюсь постоянно-непрерывно, каждое мгновение с яркостью молнии ощущать-чувствовать себя 20-летним прекрасным, растущим, всесторонне развивающимся-совершенствующимся прекрасным юношей, веселым-жизнерадостным-счастливым, полным здоровья и сил.

Я изо всех сил стараюсь ускорять развитие моей души. Я из Тонкого мира, из Космоса постоянным-непрерывным круглосуточным потоком вливаю в свою душу все энергии развития Вселенной, вливаю превеликую Божественную силу жизни, вливаю новорожденно-молодую, юношескую 20-летнюю энергичную, быстро развивающуюся радостную жизнь.

Наполненная всеми энергиями развития Вселенной, моя душа всесторонне развивается-совершенствуется и духовно и физически усиливается, усиливается в миллионы раз. Я становлюсь духовно все более высоким, духовно все более сильным.

В моих глазах всегда ярко светится всепобеждающая крепкая-стальная воля. В моих глазах ярко-ярко светится всепобеждающая гигантская-титаническая Божественная сила духа.

Бог сказал мне: «Ты можешь стать 20-летним юношей и должен с беспредельной дерзновенностью стараться чувствовать себя непрерывно всесторонне развивающимся-совершенствующимся, живущим по закону Вселенной постоянного-непрерывного развития».

Бог сказал мне: «Я создал тебя творцом, властелином Вселенной. Я наделил тебя гигантской Божественной силой духа. Ты можешь делать все, что тебе нужно. Для тебя нет ничего невозможного. Ты должен это до конца понять, до конца осмыслить, что ты можешь все сделать, что тебе нужно. Все. Для тебя нет ничего невозможного. Ты должен чувствовать себя творцом, властелином Вселенной».

Я выполняю волю Бога. Я с беспредельной дерзновенностью работаю над собой. Я усиливаю все свои мысли о самом себе. Мои мысли о самом себе обладают гигантской материализующей силой. Мои мысли представляют собой духовную материю, которая полностью-тотально безгранично управляет физической материей. Моя душа полностью-тотально управляет физическим телом, управляет каждой клеткой физического тела, каждым атомом физического тела.

Люди моего народа обладают способностью к телепортации, обладают способностью в одно мгновение дематериализовать свое физическое тело и снова его материализовать в любой точке Вселенной.

Я твердо знаю как конечную Божественную истину от самого Бога, что все мои мысли о самом себе, обладающие ги-

гантской материализующей силой, полностью материализуются. Я прихожу в полное соответствие с содержанием моих мыслей о самом себе, в полное соответствие и духовно и физически.

Моя душа новорожденно-молодая, юношеская, веселая-игривая-шутливая, добрая, ангельская-невинная-безгрешная, абсолютно беззаботная, полностью-тотально управляет всей жизнью, всем внутренним строением моего физического тела. И с помощью своих мыслей о самом себе, механизмы которых находятся в моей юной душе, я могу полностью-тотально изменять мое физическое тело.

Я с твердостью стали знаю как Божественную истину, что за 5 лет я полностью превращу свое физическое тело в 20-летнее юношеское, идеально здоровое, полностью соответствующее 20-летнему юношескому возрасту и по внутреннему строению, и по внешнему виду.

Мое физическое тело все быстрее, все быстрее по своему внешнему виду приходит в полное соответствие с 20-летним возрастом, и за 5 ближайших лет полностью превратится в тело прекрасного 20-летнего юноши, красавца-богатыря, полного здоровья и сил, абсолютно не тронутого жизнью.

Я с яркостью молнии чувствую, с твердостью стали знаю, что я постоянно-непрерывно, каждое мгновение всесторонне развиваюсь, всесторонне совершенствуюсь. Все улучшается. Все изменяется к лучшему. Физическое тело превращается в прекрасное юношеское здоровое тело. Богом дан-

ное мне перевозданное богатырское здоровье становится все более стойким, все более стойким.

Все мои Божественные духовные, умственные, физические способности, способности к обучению постоянно-непрерывно всесторонне развиваются. Я становлюсь все более способным, все более высокоразвитым, все более талантливым, гениальным прекрасным юношей.

Мое зрение непрерывно улучшается, усиливается. Рождается гигантски сильное, острое юношеское зрение, как у величайших художников. Мой слух постоянно всесторонне развивается-совершенствуется. С яркостью молнии чувствую: мой слух усиливается, становится все более энергичным. Рождается гигантски энергичный, острый-сильный слух, как у Паганини.

Все мое физическое тело непрерывно всесторонне развивается, всесторонне совершенствуется. Я постоянно-непрерывно, каждое мгновение здоровею-крепну, здоровею-крепну, становлюсь все более работоспособным.

С яркостью молнии чувствую: с каждым днем возрастает моя работоспособность в области работы над собой. С яркостью молнии чувствую: я уже сегодня могу работать над собой с колоссальным эффектом, на высочайшем уровне нервно-психической энергии целый день напролет, не зная усталости.

Все мое физическое тело становится все более исправным, идеально исправным, Божественно исправным. Все

мое тело становится все более стойко здоровым, все более энергичным.

С яркостью молнии чувствую, с твердостью стали знаю: мое сердце идеально исправное, Божественно исправное. Мое сердце идеально здоровое, Божественно здоровое. Моя кардиограмма всегда идеально нормальная, идеально правильная.

Моя душа постоянно-непрерывно всесторонне развивается-совершенствуется и духовно и физически усиливается, усиливается в миллионы раз.

Мое физическое тело всесторонне развивается, всесторонне совершенствуется. Я становлюсь все более энергичным, все более быстрым. С яркостью молнии чувствую: я непрерывно каждое мгновение здоровею-крепну.

Каждое мгновение прибавляются богатырские силы. С яркостью молнии чувствую богатырскую силу в моих плечах, в моих руках, в моих пальцах. С яркостью молнии ощущаю-чувствую богатырскую силу во всем своем молодом юношеском, идеально здоровом теле.

С яркостью молнии чувствую: во мне постоянно-непрерывно, каждое мгновение, каждое мгновение созревают-рождаются, созревают-рождаются все новые могучие жизненные силы. С яркостью молнии чувствую: постоянно возрастает запас жизненных сил. С яркостью молнии чувствую: постоянно возрастает запас жизненных сил моего могучего богатырского все сильного сердца.

Все более стойким становится молодое юношеское нормальное здоровое давление, 120/80, 120/80. Со всепобеждающей стойкостью сердце живет самым приятным, самым выгодным темпом жизни, 72,72 удара пульса в минуту Все более стойким становится здоровый правильный ритмичный пульс, 72, 72 удара в минуту Я всегда наполнен Божественным, очень приятным молодым здоровым спокойствием. Огромный-гигантский запас жизненных сил обеспечивает титанически стойкое, здоровое прочное молодое, Божественно приятное спокойствие наперекор всем вредным влияниям внешней среды, наперекор всем вредным влияниям социальных условий жизни.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

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

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