



Шерри Диллард

**Развивайте интуицию исцеления:
активируйте природную мудрость
для оптимального здоровья и
благополучия. Дар интуиции,
или Как развить шестое чувство.
Сакральные знаки и символы:
пробудитесь к сообщениям и
синхроничности вокруг вас. Ты
экстрасенс: развивайте природную
интуицию через свой психотип**

ИГ "Весь"

2018

УДК 133.2
ББК 88.42

Диллард Ш.

Развивайте интуицию исцеления: активируйте природную мудрость для оптимального здоровья и благополучия. Дар интуиции, или Как развить шестое чувство. Сакральные знаки и символы: пробудитесь к сообщениям и синхроничности вокруг вас. Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип / Ш. Диллард — ИГ "Весь", 2018

ISBN 978-5-94-436811-9

Сборник состоит из: Развивайте интуицию исцеления: активируйте природную мудрость для оптимального здоровья и благополучия; Дар интуиции, или Как развить шестое чувство; Сакральные знаки и символы. Пробудитесь к сообщениям и синхроничности вокруг вас; Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип. Мудрый внутренний голос нашего духа всегда действует через интуицию. Сон про болезнь или послание о состоянии здоровья, полученное от духа близкого человека, побуждают позаботиться о себе или записаться на медицинское обследование. Интуитивное осознание своего самочувствия – это дар каждого человека, который дается ему с рождения. У всех нас есть природная внутренняя сила, благодаря ей мы можем интуитивно воспринимать энергетическую информацию о том, что происходит с организмом. Так мы понимаем, как поддерживать оптимальный уровень здоровья и благополучия. Медицинский мир стремительно меняется. Сегодня никого не удивит альтернативными методами лечения и терапии. Во многом подобная эволюция происходит благодаря людям, которые сумели выздороветь – они на себе испытали, как эмоции, мысли, отношения, духовность, ежедневный настрой могут влиять на здоровье и качество жизни. Это осознание помогает обрести силы для исцеления и поддерживать здоровье, интуитивно прислушиваясь к потребностям физического тела, залечивая эмоциональные раны, изменяя мысли и убеждения, открываясь силе духа. (Шерри Диллард) Шерри Диллард – медиум с двадцатилетним стажем – убеждена, что каждый человек от

природы наделен «шестым чувством» и с помощью определенных техник может максимально его развить. Автор пишет о том, что всех людей с точки зрения особенностей их интуиции можно поделить на четыре типа: эмоциональные, ментальные, физические и духовные интуиты. С помощью теста вы сможете определить свой интуитивный тип. Затем автор подводит к следующему шагу – медитативным упражнениям – особым для каждого типа. Выполнение этих упражнений станет первым шагом на пути развития ваших психических способностей. Руководствуясь советами автора, вы научитесь привлекать помощников из духовного мира – ангелов и наставников – и сможете получать от них сообщения, предостережения и подсказки. Но настоящим даром на пути развития интуиции станет подлинный духовный рост, который позволит вам выйти на высший уровень осознания реальности, обогатить внутренний мир и обрести мудрость. Ранее книга выходила под названием «Интуиция и ее типы. Как развить свои психические способности». Книга также издавалась под названием «Типы интуиции. Выявление и развитие скрытых способностей». Когда вы находили монеты или перья, задавались ли вы когда-нибудь вопросом: «Может быть, кто-то или что-то подает мне знак?» Бывало ли так, чтобы одни и те же птицы прилетали к вашему окну слишком часто, чтобы считать это простым совпадением? Возможно, вы несколько ночей подряд просыпались в одно и то же время, а затем обращали внимание, что и днем смотрите на часы, которые показывают ровно это же время? Собираясь сделать непростой выбор или принять важное решение, или переживая кризис, просите ли вы, чтобы Вселенная подала вам знак или оставила послание? С начала времен человек обращается к невидимой силе, которая могла бы направить и утешить, оставляя свои «сообщения». Когда вы замечаете знаки и понимаете их смысл, вы приоткрываете для себя глубинные тайны жизни и начинаете осознавать, что Вселенная знает о вас, видит вас и помогает. Шерри Диллард Из книги Шерри Диллард – медиума с 20-летним стажем вы узнаете, как раскрыть в себе экстрасенсорный дар и научиться слышать голос своей интуиции. Автор выделяет четыре психотипа, которые определяют, по какому каналу интуитивного восприятия вы получаете экстрасенсорную информацию. Она может приходиться в виде мысленных образов, различных эмоций, ощущений в физическом теле или через осознание изменений в окружающем вас энергетическом поле. Когда вы знаете свой психотип и то, как интуиция доносит свои послания, вам проще развивать и совершенствовать свой природный экстрасенсорный дар. Теоретическая часть книги дополняется практикой. Благодаря несложным упражнениям вы научитесь применять свои экстрасенсорные способности в сферах финансов и изобилия, отношений, карьеры и выбора направления жизни. Есть в книге упражнения, которые помогут вам получать духовные наставления, если нужен совет или поддержка.

УДК 133.2

ББК 88.42

ISBN 978-5-94-436811-9

© Диллард Ш., 2018

© ИГ "Весь", 2018

Содержание

Развивайте интуицию исцеления	8
Об авторе	10
Примечание автора	11
Предупреждение	12
Вступление	13
1 часть	20
Глава 1	20
Глава 2. Ваше энергетическое здоровье	27
2 часть	44
Глава 3	44
Глава 4	46
Глава 5	52
Глава 6	57
Глава 7	61
Конец ознакомительного фрагмента.	67

Шерри Диллард
Развивайте интуицию исцеления:
активируйте природную мудрость для
оптимального здоровья и благополучия
Дар интуиции, или Как
развить шестое чувство
Сакральные знаки и символы. Пробудитесь
к сообщениям и синхроничности вокруг вас
Ты экстрасенс: развивайте природную
интуицию через свой психотип
Сборник из четырех книг

* * *

Published by Llewellyn Publications, Woodbury, MN 55125, USA www.llewellyn.com

Interior chakra illustration: Mary Ann Zapalac

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Ш. Диллард. «Развивайте интуицию исцеления: активируйте природную мудрость для оптимального здоровья и благополучия. Дар интуиции, или Как развить шестое чувство. Сакральные знаки и символы: пробудитесь к сообщениям и синхроничности вокруг вас. Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип»

**Развивайте интуицию исцеления
Активируйте природную мудрость для
оптимального здоровья и благополучия**

Эта книга посвящается любимому ангелу, Эммэлин Элис Моррис.



Об авторе

Шерри Диллард обладает даром ясновидения с детства. Она – профессиональный экстрасенс, медиум, прорицатель в области состояния здоровья, а также преподаватель и наставник вот уже более тридцати лет. Среди ее клиентов – всемирно известные духовные лидеры, знаменитости и бизнесмены. Экстрасенсорный талант Шерри вкупе с горячим стремлением помогать людям легли в основу ее интуитивной практики, которая сегодня широко известна во многих странах. Она прочла более пятидесяти тысяч лекций по всему миру.

Шерри учила людей развивать свою интуицию в самых разных точках планеты: Университет Дьюка и курорт *Miraval Resort*, все штаты США, страны Европы, Коста-Рика и Мексика. Ее идея объединения интуиции, духовности и сознательного самосовершенствования звучит на семинарах и конференциях самого высокого уровня. Шерри выступала на радио и телевидении в качестве детектива-экстрасенса, медицинского интуита и медиума, представляла свои новаторские книги. Она была отмечена наградой еженедельной программы *Intuit YOUiversity*, проводимой на радио *transformationtalkradio.com*.

Всю свою жизнь Шерри самоотверженно работает с разными людьми, в том числе с теми, кому живется непросто. Будучи профессиональным и широко известным интуитом, она с радостью помогала устраивать и кормить бедных и бездомных в Нью-Йорке, Сан-Хосе и Сан-Франциско. Она строила системы водоснабжения в индейских деревнях, в горах южной Мексики и Гватемалы, а также организовала курсы арт-терапии в центрах лечения проблемной молодежи в Северной Каролине и Джорджии.

Шерри имеет степень бакалавра психологии и магистра теологии, принадлежит движению «Новая мысль». Она родом из Массачусетса, но последние восемнадцать лет ее жизнь тесно связана с Даремом, штат Северная Каролина, здесь часто можно видеть, как она гуляет с собаками вдоль реки.

Другие книги Шерри Диллард

*Discover Your Psychic Type*¹

(Llewellyn, 2008)

Love and Intuition

(Llewellyn, 2010)

You Are a Medium

(Llewellyn, 2013)

¹ Диллард Ш. Типы интуиции. Выявление и развитие скрытых способностей. СПб: ИГ «Весь», 2013 (переизд. «Дар интуиции, или Как развить шестое чувство», 2016). – *Здесь и далее примеч. пер.*

Примечание автора

События, истории и люди, описанные в этой книге, – реальны, они взяты из моей практики медицинского интуита, а также моего жизненного опыта. Однако имена и некоторые идентифицирующие детали были изменены, в некоторых случаях ситуации или персонажи являются собирательными образами.

Предупреждение

Шерри Диллард – медицинский интуит, прорицатель в области состояния здоровья. Она не имеет квалификации врача или медицинского работника. Содержание этого труда основано исключительно на интуиции Шерри и ее многолетнем опыте работы в качестве профессионального медицинского интуита. Данная книга не может заменить собой медицинскую помощь. Всегда консультируйтесь с врачом или профессиональным медицинским работником по поводу физических, умственных или эмоциональных состояний, проблем, дисфункций, болезней или беспокойств.

Цель книги – побудить читателя в полном объеме задействовать врожденную интуицию для достижения оптимального уровня здоровья и благополучия.

Вступление

Интуиция исцеления есть у каждого

Подъезжая к Дарему, штат Северная Каролина, вы не сможете не заметить знак, приветствующий вас в городе медицины. Уже первые городские кварталы подтверждают это утверждение. Кажется, что на каждом углу здесь находится какое-то врачебное учреждение. Я работаю профессиональным интуитом в течение последних двадцати пяти лет, мой офис находится в шаговой доступности от Медицинского центра Дьюка и всего в нескольких кварталах от центра Рейна. Будучи частью Университета Дьюка, сегодня центр Рейна является независимой организацией, которая проводит научные исследования в области экстрасенсорных способностей человека и других паранормальных явлений. Вероятно, поэтому именно в этом месте чудесным для меня образом фатально сошлись темы здоровья, жизненного благополучия и профессионального интереса интуита.

Если вы медицинский интуит, интуит-целитель, то каждый день для вас – это волшебное проникновение в тайну и красоту разума, тела и духа. Интуитивное сканирование тела с целью обнаружения физических заболеваний и патологий, настройка на эмоциональные, ментальные и духовные воздействия, влияющие на здоровье и благополучие, позволили мне увидеть причудливую, бесконечную космическую сеть любви и мудрости, частью которой мы все являемся.

Первые годы в качестве исцеляющего интуита

В начале моей практики интуитивных считываний клиенты крайне редко задавали вопросы о здоровье – никто даже подумать не мог, что существует возможность просканировать тело и дать подробную информацию о его состоянии. Люди также не ожидали, что я могу получать данные о разного рода эмоциональных, психологических или духовных проблемах, способных поставить под угрозу их здоровье. От меня ожидали однотипные ответы вроде: «У вас низкий энергетический уровень» или «Вы здоровы». Большинство моих клиентов были очень удивлены, когда я озвучивала им более детальную информацию.

В середине 1990-х годов возрос интерес к возможностям интуитивного понимания состояния здоровья, которое можно было интегрировать в медицинскую и лечебно-оздоровительную области. Отчасти это объяснялось растущим объемом информации о том, насколько важна связь разума, тела и духа для исцеления и достижения жизненного благополучия. Представители официальной медицины все больше соглашались с тем, что мысли, эмоции, взгляды на жизнь и внутренний настрой напрямую связаны со способностью человека выздоравливать и хорошо себя чувствовать. Все более очевидным становилось то, что нефизические факторы, такие как стресс, негативное мышление, гнев и неразрешенные эмоциональные травмы снижают иммунитет, препятствуют лечению. Медитация, йога, иглоукалывание и энергетическое целительство – это лишь некоторые из множества альтернативных способов, с помощью которых можно поддерживать хорошее здоровье, избавляться от боли и болезней.

Именно в это время группа специалистов Медицинского центра Дьюка активно занялась созданием новых подходов лечения различных заболеваний. В Университете Дьюка были организованы открытые для всех желающих еженедельные лекции и дискуссии о взаимодействии разума, тела и духа. Это были первые шаги организации, которая сегодня называется «Медицинский интегративный центр Дьюка» (*Duke Integrative Medical Center*).

Представители официальной и альтернативной медицины, в том числе нью-эйджа, занимались исследованиями и обсуждениями метафизических, духовных, нетрадиционных методов лечения и практик. Я со своими друзьями умудрилась посетить максимальное количество встреч и лекций. Это было потрясающее время. Специалисты в области диалектики, духовности, философии делились своими знаниями с высоких университетских трибун и в житейских внеурочных беседах. Здесь складывались учебные и исследовательские группы, люди активно обменивались опытом, практиковали разного рода медитации и экспериментальные упражнения. В то время тема интуиции исцеления считалась новой и неизученной. На протяжении многих лет интуиция рассматривалась научным и медицинским сообществом как нечто мистическое и ненадежное. Теперь же ее стали рассматривать как полезный и нужный инструмент при выявлении проблем со здоровьем и оказании помощи в лечении.

Эксперименты и дальнейшее развитие

Однажды после дневной лекции ко мне подошла Эмили, медсестра, которая увлекалась метафизикой. Только что доктор Ларри Берк рассказывал о своем интересе к медицинской интуиции и проводимых в этой области исследованиях. Он был воодушевлен идеей о возможности получения точной информации, касающейся физического состояния человека, с помощью интуиции. В группе возникла оживленная дискуссия.

«А если нам провести собственный эксперимент с медицинской интуицией? – предложила Эмили с воодушевлением. – Это будет интересно. Давайте выясним, что может получиться».

Эмили была полна энтузиазма и увлечена своей идеей. Что касается меня, то я уже имела опыт работы в этой сфере – на протяжении нескольких лет я интуитивно считывала состояние здоровья одной моей клиентки, и, что примечательно, во время нашего первого сеанса я рассказала ей о причинах проблем с пищеварением ее сына.

Эмили приходила ко мне в офис после работы по средам, вооруженная списком людей, которых я должна была интуитивно обследовать. Это были пациенты из больницы, в которой работала Эмили, – они согласились участвовать в нашем эксперименте. Хотя я уже занималась считыванием в течение ряда лет и передавала клиентам интуитивные наставления, необходимые для решения проблем со здоровьем, эта работа вывела меня на новый уровень профессионального мастерства. Эмили перечисляла одно за другим имена наших подопечных и их дни рождения, а я настраивалась на их энергетическое присутствие и сканировала энергетические тела. Эмили терпеливо ждала моих реакций. Они превзошли и ее, и мои ожидания по глубине интуитивных прозрений – в этот раз они не шли ни в какое сравнение с моей прежней практикой. Эмили была строгим контролером. Она настаивала на том, чтобы я более точно и подробно описывала то, что вижу. Однако у меня не было медицинского образования, и я не была уверена в своей способности детально проводить исследование и правильно описывать то, что воспринимала интуитивно. Но терпение и еще раз терпение... мы были упорными.

Мои сомнения вскоре сменились осознанием того, что детально и объективно воспринимать физическое тело оказалось проще, чем я думала. Самым большим препятствием для меня была убежденность в том, что будет трудно. Как только я расслабилась и сконцентрировалась, то начала без труда сканировать тела пациентов и интуитивно видеть и чувствовать нарушения, опухоли и дисбаланс. Проблемные зоны, казалось, сами возникали перед моими глазами. По мере того как моя способность видеть физическое тело изнутри возрастала, развивалось и умение воспринимать более тонкие энергетические тела, ауру, меридианы и чакры и интуитивно настраиваться на них. Я начала более полно воспринимать важную информацию, содержащуюся в разноцветном и светящемся излучении энергии, окружающей человека.

Мои медицинские интуитивные способности, казалось, стали жить собственной жизнью. Каждый день я получала новые откровения, касающиеся энергии здоровья, – мои знания о болезнях, путях исцеления, а также о неразрывной связи разума, тела и духа расширялись и углублялись. Испытывая восторг от того, что мое интуитивное мастерство становилось все совершеннее, я, признаюсь, стала немного одержимой. В то время как моя уверенность в себе крепла, клиенты продолжали приходить ко мне с общими вопросами, весьма косвенно касаясь проблем со здоровьем. Они еще не знали, что благодаря интуиции можно получить важную информацию и реальную практическую помощь. Я была достаточно известным медиумом, и большинство людей обращались ко мне, чтобы пообщаться с духами своих близких. Но эта работа удивительным образом открыла для меня неожиданные и многообещающие перспективы.

Все началось однажды утром во время сеанса с одной моей клиенткой. Когда я настроила свое внимание на присутствии духа ее матери, которая умерла несколько лет назад, я в подробностях увидела ее энергетическое тело. Это произошло так же, как случалось при работе с пациентами Эмили, – я воочию увидела проблемы умершей женщины, когда она была в физическом теле. Хотя она больше не испытывала боли и страданий, ее эмоции, мысли, мировоззрение, приведшие к болезни и окончательному уходу, были запечатлены в ее энергетическом поле. С тех пор я провожу медиумические сеансы и практики интуитивной настройки на энергетические тела тех, кто уже ушел из жизни. Это помогает более полно осознать значение неразрывной связи разума, тела и духа, а также то, насколько важно исцелять нефизические влияния на здоровье, которые приводят к болезням и расстройствам.

Более широкий взгляд на здоровье

Прошло несколько месяцев практики, учебы и размышлений. Люди все больше стали обращаться ко мне по поводу медицинского интуитивного считывания. Сегодня это важная часть моей работы. Возможно, из-за непосредственной близости моего офиса к Медицинскому центру Дьюка, а также из-за широкого спектра медицинских услуг, предоставляемых в моем городе, должна отметить, что пациенты идут ко мне далеко не в первую очередь. Проблемы же тех, кто приходит, часто весьма мистические и запутанные. В обычной ситуации многие из моих клиентов не стали бы прибегать к услугам исцеляющего интуита. Однако случается, что официальная медицина не справляется – лечение не помогает, кто-то запутался в диагнозах, поставленных разными врачами, кто-то постоянно меняет специалистов, но боль и страдания только нарастают. В поисках исцеления люди начинают интересоваться альтернативными методами лечения. Есть и такие, кому просто любопытно – они могут прийти потому, что кто-то когда-то рассказал им, какую помощь может оказать медицинский интуит.

В любом случае, работа с самыми разными клиентами способствовала раскрытию потенциала моей медицинской интуиции. Смятение, непрекращающаяся боль и страдания, которые многие из них испытывали, подтолкнули меня к расширению диапазона применения интуиции. Энергетическая информация, которую я регулярно воспринимаю, выходит за рамки описания только физических проблем здоровья. Интуитивно я ощущаю и менее явные воздействия, такие как подавленные эмоции, травмы из прошлого, негативные мысли и связи, влияющие на состояние человека. Наши отношения с людьми, карьера, духовность, жизненные уроки и цели так или иначе вносят свою лепту в общую картину здоровья и благополучия. Такого рода энергетическая информация расширяет ракурс восприятия, давая более полное представление о воздействиях, которые провоцируют возникновение болезней и расстройств, а также указывает на возможные способы исцеления. Поэтому я призываю своих клиентов больше внимания уделять интуитивным посланиям о здоровье, которые они постоянно получают.

Прислушиваясь к интуиции

Сегодня многие соглашаются с тем, что интуиция играет важную роль в поддержании здоровья и благополучия. Мы не только более серьезно относимся к профессиональным советам медицинских интуитов, но и в целом прислушиваемся к интуитивным сообщениям о здоровье, которые посылает нам наш организм, и действуем на основе этой информации.

Именно так поступила Тереза. Привлекательная женщина лет сорока со строгим видом вошла в мой офис и сразу же заявила, что хочет, чтобы я рассказала о ее здоровье абсолютно все. Когда я начала сканировать ее тело, меня тут же «потянуло» к щитовидной железе и надпочечникам. Я почувствовала дисбаланс в эндокринной системе. Надпочечники были угнетены, а щитовидка выделалась увеличенной и плотной. Казалось, у женщины замедлилось движение энергии, из-за чего возникли проблемы со сном и весом, она постоянно чувствовала переутомление. Кроме того, душевные порывы Терезы никак не синхронизовались с ее каждодневными целями и задачами – на самом деле она хотела развиваться в новых сферах и достигать новые цели. Но в то же время она делала все возможное, чтобы сохранить статус-кво, сопротивление же стремлению к переменам истощало ее физически и духовно.

По мере того как я сканировала Терезу, я описывала, что интуитивно воспринимала. Она слушала меня, а потом резко прервала:

«Физическое состояние моего здоровья мне известно, – сказала она. – Я врач. А пришла к вам, чтобы понять свои эмоциональные и духовные задачи. Я знаю, как решить физические проблемы, однако мне не становится лучше. В том, что вы говорите, есть смысл. В течение нескольких месяцев моя интуиция как будто говорила о том, что мне нужно выделить время, чтобы пересмотреть свои жизненные приоритеты и что-то изменить. Полагаю, мне просто нужен был кто-то, кто способен подтвердить мои внутренние ощущения. Я знаю, что сопротивлялась своему движению вперед».

Мудрый внутренний голос нашего духа всегда действует через интуицию. Часто клиенты говорят, что именно интуиция привела их на прием ко мне. Сон, связанный с болезнью, или переживание, связанное с посланием духа близкого человека, касающееся состояния здоровья, заставляют позаботиться о себе или пройти медицинское обследование. Все больше людей приходят к интуитивному пониманию, что причины головных болей, проблем с пищеварением и других болезней кроются в эмоциональной неудовлетворенности, недовольстве работой или отношениями, одним словом, в стрессах. Это особенно актуально для тех, кто страдает серьезными заболеваниями, такими как онкология или сердечные нарушения. У тех же, кто умеет радоваться, несмотря ни на что, получается выздоравливать, слушать себя и действовать согласно посланиям интуиции. Именно она связывает нас с мудростью физического тела и силами исцеления.

Тереза, как и многие ее коллеги-врачи, сегодня не только признает ценность методов лечения, которые когда-то воспринимались как нетрадиционные, но и применяет их. Когда медики начали записываться на мои сеансы и присылать ко мне своих пациентов, я осознала, что значимость интуитивной энергетической информации о здоровье становится все более очевидной.

Медицинский мир стремительно меняется. Сегодня никого не удивишь альтернативными методами лечения и терапии. Во многом подобная эволюция происходит благодаря людям, которые сумели выздороветь, – они на себе испытали, как эмоции, мысли, отношения, духовность, ежедневный настрой могут влиять на здоровье и благополучие. Это осознание помогает обретать силы для исцеления и поддерживать здоровье, интуитивно прислушиваясь к потребностям физического тела, залечивая эмоциональные раны, изменяя мысли и убеждения, открываясь силе духа.

Ваше тело всегда на связи с вами

Сегодня я вполне уверена в своей способности точно и объективно воспринимать энергетическую информацию о состоянии здоровья человека, но так было не всегда. Поначалу я боялась заявлять о себе как о специалисте в этой сфере – болезни и их лечение я относила исключительно к нише официальной медицины. Однако я уже давно поняла, что интуитивное осознание состояния здоровья – это право каждого человека, которое дается ему по рождению. У всех нас есть природная внутренняя сила, благодаря которой мы можем интуитивно воспринимать энергетическую информацию и поддерживать оптимальный уровень здоровья и благополучия.

На курсах по медицинской интуиции я обнаружила, что люди в той или иной степени сомневаются в своей способности использовать свою интуицию для улучшения своего состояния или выздоровления. Мы склонны относить информацию о своем здоровье исключительно к компетенции традиционного медицинского сообщества, поэтому большинство людей никак не развивает свои способности в этой сфере. Однако наше физическое тело обладает необыкновенной мудростью и охотно идет на контакт. Оно всегда говорит с нами – каждый может стать прекрасным слушателем. Физические и тонкие энергии тела подобны дневнику, в котором отражено все, что вы когда-либо испытывали, думали и чувствовали. Вы можете научиться применять и развивать свою врожденную интуицию, используя это сокровище энергетической информации, чтобы помогать себе и другим. Развитие интуитивных способностей позволит принимать обоснованные и мудрые решения, касающиеся лечения, а также выбирать врачей, которые подходят именно вам.

Вы – интуит

Ваш рациональный ум наверняка будет задавать массу вопросов и сомневаться в том, что вы способны настраиваться на сложные реакции физического тела, правильно воспринимать информацию о здоровье, а также «слышать» необходимые рекомендации. Тем не менее некая часть вашего разума не подвержена рациональной логике – она интуитивна, у нее есть доступ к важной и полезной информации об уме, теле и духовной – энергетической – составляющей. Вы постоянно получаете эти данные и интерпретируете их.

Интуиция – это ваша врожденная мудрость. Она есть у всех. И хотя каждый человек по сути является интуитом, многие пренебрегают своими естественными способностями из-за предвзятого отношения к экстрасенсам или интуитам. Если у человека не бывает предчувствий относительно будущего, или же он не ощущает присутствия духов умерших людей, либо не имеет никакого понятия, что его ждет в ближайшее время, то он полагает, что он – не интуит. Это же касается возможности использовать интуицию в области здоровья и благополучия. Многие придерживаются мнения, что способность интуитивно воспринимать энергетическую информацию о внутреннем состоянии – это редкий талант, которым обладают немногие. Однако независимо от того, заинтересованы вы в том, чтобы задействовать свою интуицию для настройки на собственное здоровье, стремитесь помогать другим людям или нет, вы в любом случае обладаете этим врожденным интуитивным свойством.

В книге *Discover Your Psychic Type*² («Узнайте свой психический тип») я описывала четыре основных способа естественного проявления интуиции. В книгах *Love and Intuition* («Любовь и интуиция») и *You Are a Medium* («Вы – медиум») предлагается аналогичный подход

² Диллард Ш. Типы интуиции. Выявление и развитие скрытых способностей. СПб: ИГ «Весь», 2013 (переизд. «Дар интуиции, или Как развить шестое чувство», 2016).

к пониманию и выявлению врожденного интуитивного типа с целью дальнейшего развития и эффективного использования своей интуиции. По большому счету вы воспринимаете окружающий вас мир через эмоции и мысли или же поглощаете энергетическую информацию вашим физическим телом или энергетическим полем. Благодаря этой книге вы научитесь распознавать свой метод естественного интуитивного восприятия и с наибольшей пользой развивать свои врожденные способности для выработки практических медицинских интуитивных навыков.

Медицинская интуиция охватывает широкий спектр способностей и возможностей человека. Стержнем же ее является умение настраиваться на внутренние органы, сердечно-сосудистую, костную, эндокринную и другие системы организма и выявлять дисбаланс, расстройства или нарушения. Кроме того, медицинские интуиты способны улавливать игнорируемые человеком скрытые эмоциональные, психологические, личностные и духовные воздействия, вызывающие болезни и препятствующие выздоровлению.

Как читать эту книгу

Первые шаги к здоровью и хорошему самочувствию начинаются с опроса, который поможет получить информацию о вашем энергетическом здоровье. Выполняя простые упражнения, вы научитесь определять, когда вы впитываете вредную энергию и переполняетесь ею, а также – как улучшить и поправить свое физическое, психическое, эмоциональное и энергетическое здоровье. В целом именно хорошее энергетическое здоровье является жизненно важным условием для развития интуиции.

Следующий раздел включает в себя опросник, с помощью которого вы сможете выяснить конкретный способ интуитивного восприятия информации о здоровье, который свойственен именно вам. Определение своего врожденного интуитивного типа позволит совершенствовать те сферы своего самочувствия, да и жизни в целом, на которые вы можете повлиять в большей степени и добиться лучших результатов.

В определенных областях медицинской интуиции вы будете очень успешны, развитие же и совершенствование других потребует времени и усердия. Например, вы можете сконцентрироваться на умении интуитивно настраиваться на нарушения и болезни в физическом теле или же обнаружите, что вас больше интересует интуитивное восприятие духовных, эмоциональных и ментальных влияний и дисбаланса, которые приводят к болезням, но и указывают пути к исцелению.

Помимо подсказок, касающихся осознания своего врожденного типа медицинской интуиции, в этом разделе приведено описание пяти основных медицинских интуитивных навыков. Вы узнаете о психических навыках ясновидения – умении видеть и воспринимать энергетическую информацию; о ясночувствовании – качестве, помогающем ощущать энергию; яснослышании – способности интуитивно слышать энергетическую информацию; яснознании – точном интуитивном понимании, а также о вибрационной чувствительности – способности ощущать и осознавать энергетическую вибрацию.

В следующей части речь пойдет о тонком энергетическом теле, которое состоит из ауры или энергетического поля, а также включает в себя чакры и меридианы. Эти энергии передают прошлые и настоящие эмоциональные, ментальные и духовные установки. Кроме того, с их помощью можно понять причины заболевания и определить способы выздоровления. Используя пять медицинских интуитивных навыков, вы научитесь настраиваться на тонкое энергетическое тело – пульсирующую и разноцветную сеть энергии, которая окружает физическое тело. Со временем, практикуя эту настройку, вы сможете обнаруживать связь энергии с прошлыми, настоящими и будущими расстройствами и болезнями.

Далее я расскажу, как настраиваться на определенное состояние своего здоровья и благополучие с помощью простых упражнений. По мере того как будет расти ваша уверенность в себе в качестве медицинского интуита, вы сможете применять свои способности при работе с другими людьми.

Шаг за шагом вы будете узнавать, как интуитивно настраиваться на здоровье другого человека, как эффективно и правильно интерпретировать то, что вы считывали. Будут затронуты и такие важные темы, как этика медицинского интуита и действия в случае ошибки. Помимо этого, вы узнаете, как сны и случаи синхронности наставляют и направляют вас на пути к улучшению здоровья и исцелению, как заручиться поддержкой ваших духовных помощников и в полной мере раскрыть в себе природные исцеляющие дары вашего интуитивного типа.

Ваш путь к здоровью

Уникальность и в то же время практичность развития медицинской интуиции – это эффективный способ максимальной реализации потенциала вашего разума, тела, духа, здоровья и благополучия. Раскрытие естественной способности интуитивно настраиваться на энергетическое тело, умение получать доступ к информации о здоровье и положительно влиять как на собственное здоровье, так и здоровье других людей – это путь к трансформации. Хорошее здоровье и хорошее самочувствие – под этими состояниями подразумевается гораздо большее, нежели просто отсутствие боли или болезни. Это вдохновляющая перспектива и активизация внутренней энергии для гармоничной работы с благодатными целительными силами, что в итоге приведет вас к лучшей жизни.

Я приглашаю вас принять участие в этом захватывающем интуитивном путешествии к глубинам разума, тела и духа. Очень надеюсь, что смогу открыть вам удивительные перспективы – я предлагаю интуитивные инструменты, которые расширят ваши возможности, будут вдохновлять и заряжать вас в волнующем странствовании в мир интуиции и здоровья.

1 часть

Подготовка к восприятию интуиции исцеления

Глава 1

Ключи, отпирающие доступ к интуиции исцеления внутри вас

Интуиция исцеления, или медицинская интуиция – это способность интуитивно воспринимать энергетическую информацию о здоровье, не полагаясь на внешние ресурсы. Идея о том, что медицина может задействовать интуитивные техники и гармонично вплетать их в традиционные методы лечения и системы поддержания физического здоровья, может показаться неправдоподобной. Логический научный мир медицины и мистическое царство интуиции находятся по разные стороны спектра. Однако и традиционная медицина, и интуиция имеют общие корни.

Тысячелетия назад люди обращались с просьбой об исцелении и хорошем здоровье к Вселенной и божествам. В Древней Греции богом медицины был Асклепий. Считалось, что он был воспитан Аполлоном и обучал искусству исцеления. Больные и страждущие приходили в храмы, воздвигнутые в его честь. Говорят, что Гиппократ, известный всему миру «отец медицины», вполне мог начинать свою карьеру в одном из таких храмов. В святых пристанищах греки рассказывали о своих снах или видениях жрецу, который толковал их, а затем назначал лечение, основанное на собственных умозаключениях. Надо отметить, что и по сей день в некоторых точках земного шара сохранилась практика обращения за помощью и исцелением к шаманам. Эти люди влияют на духовный мир, взаимодействуют с ним, вызывают, чтобы он вмешался и исцелил страждущих. Шаманы входят в определенное – измененное – состояние сознания, помогающее распознавать травмы, болезни, эмоциональные, физические и ментальные расстройства человека и способы лечения. Исцеление же достигается путем установления равновесия и целостности души и духа страждущего.

Первые медицинские интуиты

В современном западном мире практика использования интуиции для получения информации о состоянии здоровья была введена Финеасом Паркхерстом Квимби в 1854 году. Квимби был философом, гипнотизером, магнетизером, целителем и изобретателем, он жил и работал в Портленде, штат Мэн. Он считал, что интуитивный разум знает ответы на вопросы о причинах болезней и нарушений в организме, о том, как ускорить исцеление и восстановление. Известный «спящий пророк» Эдгар Кейси (1877–1945) является, пожалуй, самым знаменитым и признанным медицинским интуитом. В юности из-за болезни он потерял голос. И во время сеанса гипноза он подробно описал причину паралича своих голосовых связок и необходимые методы лечения. Ему стали давать те средства, которые он называл в состоянии транса, и голос вернулся. Со временем Кейси обнаружил, что во время сеанса гипноза ему становится доступной точная информация о состоянии здоровья клиентов, а также другие сведения. Он оставил более четырнадцати тысяч записей своих наблюдений, большинство из которых касаются здоровья и достижения благополучия. В 1987 году доктора Норман Шили и Кэролайн Мисс ввели термин «медицинская интуиция». Шили проводил исследования, касающиеся применения интуиции в медицинской практике, а Мисс точно описывала симптомы болезней, которые он обнаруживал.

Медицинская интуиция подразумевает нечто большее, чем просто интуитивное исследование и диагностирование физического тела. Она предлагает целостную картину связей и взаимодействия тела, разума и духа. Настроенные на комплексное восприятие общего самочувствия человека, медицинские интуиты предоставляют полезную и часто неожиданную информацию, которая не всегда соответствует параметрам традиционной медицины. По их мнению, здоровая активность и благополучие – это не просто нормальное функционирование физического тела. Истинное здоровье проявляется через влияние эмоциональной, ментальной и духовной энергии.

На пути к здоровью и интуиции

Решение развивать в себе медицинскую интуицию – смелый поступок. Медицина сама по себе, как и невидимое царство интуиции, иногда действительно может казаться пугающей. Однако, соглашаясь принять свою врожденную способность интуитивно настраиваться на состояние здоровья, вы возвращаете свою личную силу.

Для многих людей система здравоохранения похожа на лабиринт, пути которого невероятно сложны и запутаны. Когда мы плохо себя чувствуем или испытываем боль, то выбрать доктора или специалиста как из традиционной, так и альтернативной сферы врачевания бывает крайне трудно. Столетиями наука и медицина формировали в нас уверенность в том, мы не в состоянии исцелить себя самостоятельно. Учитывая долгие годы учебы и немалые финансовые затраты, необходимые для получения диплома врача, не удивительно, что нас вынуждают перепоручать заботу о нашем здоровье профессионалам. Однако случается так, что, несмотря на многочисленные исследования и астрономические суммы, вложенные в диагностирование заболевания и выяснение методов лечения, пациенты продолжают страдать, уже не надеясь на выздоровление.

Для сохранения хорошего состояния и излечения болезней требуется преобразующий подход и позитивное участие. С помощью медицинской интуиции можно настроиться на невидимые и часто неизвестные воздействия, влияющие на здоровье. После определения этих воздействий появляется шанс справиться с расстройствами и проблемами, являющимися источниками болезни, и исцелить их. Медицинская интуиция позволяет сделать обоснованный выбор и активизировать наши внутренние целительные силы для восстановления здоровья тела, разума и духа.

Спонтанные послания о здоровье

Для кого-то интуиция – некий мистический дар, не вызывающий доверия, – лишь немногие могут глубоко его понимать и эффективно использовать. В отличие от науки и официальной медицины, интуиция ассоциируется со скрытой, таинственной, эзотерической сферой. Но ведь все мы – интуиты от природы: каждый день мы тем или иным образом обращаемся к своему внутреннему знанию и действуем согласно ему. Например, вы, доверяя своему интуитивному порыву, звоните другу или близкому человеку, который, как вам кажется, сейчас в этом нуждается. При знакомстве с человеком вы можете услышать настойчивый внутренний голос, убеждающий вас быть осторожным. Или, столкнувшись с необходимостью сделать выбор, касающийся карьеры, вы интуитивно выберете тот вариант, который считаете оптимальным для себя, несмотря на отсутствие логики или какого-либо четкого обоснования. Точно так же вы можете воспринимать спонтанные интуитивные сообщения о своем здоровье или здоровье других людей.

Ваше тело мудро, оно всегда общается с вами. Вот вам пример: недавно я интуитивно считывала Дженнифер, бухгалтера тридцати девяти лет. Начиная сеанс, я почувствовала зуд и

бугристые воспаления на ее коже. Когда я рассказала ей о своих ощущениях, она подтвердила, что пришла ко мне, чтобы узнать, что делать с сыпью, которая никак не проходит. Она уже была у терапевта и дерматолога, но прописанные лекарства приносят лишь временное облегчение, сыпь все время возвращается.

«Я хочу знать причину этой сыпи», – сказала она мне.

«Я вижу ярко-красную клубнику», – ответила я.

«У меня было ощущение, что это клубника, – взволнованно сообщила она. – Я ела ее как сумасшедшая прошлой весной и летом. Однажды утром я проснулась и как будто услышала внутренний голос, который говорил мне, что сыпь вызвана тем, что я съела слишком много клубники. Я спросила об этом своего врача, но тот не был уверен, что проблема в этом».

Я продолжила передавать Дженнифер свои интуитивные ощущения: «Еще я чувствую разочарование или раздражение по поводу работы. Да, проблемы с работой определенно вызывают всю вашу внутреннюю систему».

«Это меня не удивляет. У меня было ощущение, что разочарование, которое я испытала на работе, также могло быть причиной сыпи. Несколько месяцев назад меня перевели в другой отдел, однако зарплату не увеличили, и я была очень подавлена. Меня даже не спросили, хочу ли я менять работу, – просто однажды сказали, что я теперь я в другом подразделении. Это действительно было тяжело».

Дженнифер, как и многие мои клиенты, уже интуитивно понимала, что именно влияет на ее здоровье. Я лишь предоставила ей подтверждение того, что и так было ей известно. И как только она окончательно осознала свои проблемы, то предприняла все возможное, чтобы вылечить сыпь.

Мы способны не только интуитивно ощущать влияния, воздействующие на наше здоровье, но и спонтанно интуитивно воспринимать состояние здоровья других людей. История с Кевином, кудрявым девятнадцатилетним юношей, – конкретный пример. Он вошел в мой кабинет и несмело сел на диван.

«Я не знаю, почему я здесь, – начал он. – Моя мать рассказала мне о сеансе, который вы проводили для нее несколько лет назад, и я подумал, что вы могли бы мне помочь».

«Ты хотел бы провести сеанс считывания?» – спросила я.

«Может быть... да... на самом деле я пришел сюда не ради себя, – продолжал он нерешительно. – Мне кажется, моя мать больна. Я чувствую, что что-то с ней не так, но не знаю, что. Но уверен, происходит нечто неладное. Не могу этого объяснить. Я смотрю на нее и мне становится не по себе. Я не знаю, может, я сошел с ума, или у меня приступ тревожности. Вы можете сказать, больна она или нет?»

«Твоя мать знает, что ты пошел ко мне? Она должна дать свое согласие, чтобы я посмотрела и оценила ее здоровье», – сказала я Кевину.

«О да, это она передала мне всю информацию о вас. Я убедил ее сходить к врачу, и она сделала это. Но моя тревога не исчезает. Мама знает, что я здесь. Она подумала, что вы сможете помочь мне и ей, если это будет нужно».

Кевин выглядел встревоженным и, разумеется, нервничал.

Когда я начала удаленно сканировать тело матери Кевина, меня «притянула» нижняя часть живота. Я остановилась на этом участке, чтобы собрать больше энергетической информации, и тут почувствовала, а потом увидела что-то темное и тяжелое в верхней части толстой кишки. Эта область была плотной, и я уже знала, что это опухоль и что женщине необходима срочная медицинская помощь.

«Ты сказал, что твоя мама ходила к врачу на осмотр?» – я спросила Кевина.

«Так она сказала. Это было несколько месяцев назад, может быть, шесть или больше», – пояснил он.

Мне не хотелось еще больше тревожить Кевина, но я подтвердила его интуитивные подозрения. «Твоей маме надо идти к врачу. Чем скорее, тем лучше», – сказала я. – «Может она мне позвонить? Я смогу ей все объяснить».

«Что не так?» – Кевин прервал меня.

«У нее проблемы с толстой кишкой», – ответила я. – Ты не сумасшедший и не страдаешь никакими приступами. Твоя интуиция не подвела тебя. Маме повезло, что ты прислушался к своему внутреннему голосу».

Через несколько часов после ухода Кевина мне позвонила его мать. Я объяснила ей, что показало сканирование ее тела. Несколько недель спустя она перезвонила и сообщила, что восстанавливается после операции.

«Я бы хотела записаться на сеанс. Мне нужно понять причины рака. У меня такое чувство, что дело не только в моем физическом здоровье. Это некоторые прошлые эмоциональные проблемы, с которыми нужно разобраться. Возможно, это интуиция моего сына так действует на меня, но я знаю, что мне надо кое с чем поработать, чтобы исцелиться полностью», – сказала она.

Как и Кевин, все мы в тот или иной момент испытывали устойчивое ощущение, что что-то не так с нашим здоровьем или состоянием другого человека. И если мы игнорируем или отрицаем подобные интуитивные импульсы, то, как правило, потом жалеем об этом.

Трансформация мышления и убеждений

Спонтанные эпизоды интуитивного осознания, связанного со здоровьем, базируются на могущественной врожденной способности, которой обладает каждый человек. Успешное развитие медицинской интуиции – это не просто освоение нового навыка. Принимая решение начать работать со своей интуицией, вы становитесь на путь духовного роста и расширения самоосознания. Это похоже на вызов, ведущий к пересмотру своих представлений о реальности и того, на что вы действительно способны.

Активизация интуиции начинается с выхода за пределы самоограничений и доверия к внутренней силе осознания. И если вы сомневаетесь по поводу того, что обладаете необходимой внутренней мудростью, знайте, что вы не одиноки. В начале почти каждого первого занятия по интуиции среди моих слушателей, как правило, ощущается какая-то тревожная возбужденность. Я стараюсь как можно быстрее и доступней объяснить основы развития интуиции и тут же перехожу к интуитивному упражнению. И как только каждый из учеников начинает «включать» свои интуитивные «сенсоры», разносится вздох облегчения, атмосфера меняется. Особенно наглядно это проявляется в классах, занимающихся развитием медицинской интуиции. Как бы сильно мы ни желали интуитивно настроиться на здоровье и помочь людям справиться с недугами, сомнения и страх ошибки очень часто дают о себе знать. К сожалению, это очень мешает, и наши усилия найти доступ к интуитивному знанию не приводят к нужным результатам.

В целом люди относятся к развитию медицинской интуиции с большим трепетом, чем к другим типам интуиции. На моих занятиях многие слушатели охотно пытаются связаться с духами умерших родственников или интуитивно воспринимают прозрения, касающиеся любовных отношений либо карьерных перспектив. Мысль же об интуитивном считывании информации о здоровье вызывает у них сомнения и неуверенность.

Безусловно, этому есть объяснение. Когда дело касается проблем со здоровьем, мы по привычке обращаемся за рекомендациями к профессионалам от официальной медицины. Практически ежедневно из выпусков новостей мы узнаем об открытиях, исследованиях, новых взглядах на заболевания и достижениях в их лечении. Здравоохранение – это многомиллиард-

ная индустрия, влияющая на экономику стран во всем мире. На ее фоне тихий голос интуиции воспринимается слабым и незначительным сигналом.

Но тело – это золотой клондайк интуиции. Оно всегда говорит с нами и хочет быть услышанным. Наш дух знает, что нам нужно для физического, эмоционального и ментального исцеления и процветания. Природа снабдила нас способностью настраиваться на эту мудрость через врожденную интуицию. В дополнение к углубленному и целостному взгляду на здоровье медицинская интуиция не только совершенствует ваше осознание, но и помогает взаимодействовать с представителями и специалистами традиционной и альтернативной медицины. Она одаривает вас глубоким личным взглядом на свое здоровье и благополучие, благодаря чему вы можете делать осознанный выбор и принимать обоснованные решения. Медицинская интуиция не противоречит традиционной и альтернативной медицине. Напротив, она позволяет понять, что вам больше всего нужно, чтобы исцелиться и сделать выбор, ведущий к высшему благу.

Информирование, но не диагностика

Медицинская интуиция – это интуитивное искусство получения и интерпретации энергетической информации о здоровье и благополучии человека. В отличие от врачей, которые определяют болезни, назначают лекарства и оздоровительные процедуры, медицинские интуиты только передают информацию, но не диагностируют. При работе с людьми ваша основная роль заключается в интуитивной настройке на энергетическую составляющую и ее толкование. Одной из самых важных задач для начинающего медицинского интуита является выработка умения избегать преждевременных выводов и диагностики на основе интуитивно обнаруженных дисфункций или нарушений. Вы – вне рамок традиционной медицинской системы. Парадигма же в области медицинской интуиции очень обширна и целостна. И в этой системе гораздо больше параметров, чем в традиционном медицинском толковании.

Медицинский интуит видит, как воздействуют на физическое здоровье многие факторы как из невидимой сферы сущностей, так и из осязаемого материального мира. Также в расчет берется состояние вашего физического тела, вибрация вашей тонкой энергии, ваша связь с духовным миром, эмоциональная и ментальная энергии. Задача медицинского интуита не ограничивается только тем, чтобы обнаружить дисфункции в физическом теле. Не менее важно уметь интуитивно настроиться на энергетические причины, лежащие в основе физических проблем, проследить, как взаимодействуют разум, тело и дух.

Доверие своей интуиции

Медицинскому интуиту помогают космические и божественные силы. Вы никогда не работаете в одиночку, интуитивно воспринимая высшее благо для себя и других. Вас направляют и поддерживают духовные силы, ваша же задача заключается в том, чтобы настроиться на эти силы – стать каналом мудрости, любви, исцеления себя и других. Однако в работе медицинского интуита часто возникает искушение взять все под собственный контроль, но это – не что иное, как проявление собственного эго.

Научные знания в области медицины и анатомии безусловно могут быть полезны для эффективного интуитивного считывания, однако острой нужды в них все-таки нет. Более того – отсутствие медицинского образования побуждает вас полагаться исключительно на собственную интуицию. И это может стать своего рода благословением. Именно тогда, когда я находилась в сложной ситуации, я горячо просила высшие силы о помощи и с радостью получала ее. Вот почему на своих занятиях по раскрытию медицинской интуиции я прежде всего учу людей интуитивно считывать энергетическое поле человека.

Основы

Развитие медицинской интуиции во многом схоже с развитием интуитивных способностей в других областях. Вот несколько основных моментов, которые нужно запомнить.

Вы – прирожденный интуит

Все люди – интуиты, включая вас. Это как с пением: каждый может петь, но, возможно, некоторым для совершенствования природного таланта придется брать уроки вокала. То же самое с интуицией. Несмотря на то что вы обладаете врожденной интуитивной способностью, для того чтобы научиться использовать ее с максимальной пользой, нужно с ней поработать.

Интуиция – это голос вашего духа

Интуиция зарождается в глубинах вашего духа. Связанный с источником всего сущего, дух – это вечная энергия, это бесконечная мудрость и совершенная любовь.

Физическое тело – это энергия

Тело – это плотная форма энергии. Несмотря на то что оно выглядит достаточно твердым, человек – не что иное, как частицы вибрирующей энергии.

Интуиция – вне времени и пространства

Интуиция не ограничена законами материального мира. Это ваше окно в мир бесконечных возможностей. Когда вы устанавливаете контакт с интуицией, для вас не существует пределов физического и конечного.

У вас есть доступ к мудрости и любви Вселенной, и вы можете довериться этой силе, ведь она помогает вам – медицинскому интуиту

Вы можете ощущать одиночество в мире бесконечных встреч и событий. Однако вы не один – вас любят и всегда поддерживают. С точки зрения логики и прагматического подхода это кажется лишенным всякого смысла, тем не менее не тратьте силы на переживания и знайте, что есть невидимые силы, которые помогают вам.

С энергией можно общаться

Мы склонны думать об энергии как о чем-то бессознательном и отстраненном. Однако энергия жива и восприимчива. Она склонна к взаимодействию, она готова отвечать и откликаться на ваши запросы. Медицинская интуиция – это интерактивный диалог с энергией. Тело, эмоции, мысли и дух состоят из энергии, с которой можно общаться.

Четкое намерение

Энергия отвечает на ваш запрос и намерение. Хотя голос рационального эго может сбивать вас с толку отвлекающими мыслями и чувствами, выразите свое намерение словами и проявите решимость получить доступ к энергетической информации для достижения высшего блага. Во время медицинского интуитивного сканирования тела просто удерживайте в памяти свое намерение. Когда просматриваете множество различных зон и областей тела, оставайтесь сосредоточенным, произнося что-то вроде: «Покажите мне состояние пазух носа», или: «Как горе и утрата повлияли на физическое тело?»

Доверяйте первому впечатлению

Хотя я призываю вас не торопиться с выводами и суждениями, однако всегда важно обращать внимание на свое первое интуитивное впечатление. Наблюдайте за тем, что вы восприняли изначально, следуйте за дальнейшим развитием этого импульса и взаимодействуйте с ним.

Подключайте воображение

Воображение и интуиция работают сообща. Воображение переводит интуитивную энергетическую информацию в форму, которую вы сможете расшифровать, понять и сформулировать. И хотя случаются моменты, когда вы можете натолкнуться на иллюзорные образы, не связанные с процессом, чаще всего во время работы ваше воображение действует в унисон с интуицией. Со временем вы научитесь четко определять образы, которые несут именно энергетическую информацию.

Прыжок

Во время интуитивного чтения вам периодически будет казаться, что вы прыгаете из сферы известного в пропасть неизвестного. Не поддавайтесь соблазну быть излишне осторожными. Ваше развитие остановится, если вы не будете позволять себе погружаться в область неизведанного, полную неопределенности и риска. Здесь-то все и происходит.

Сомнения – это нормально; отпустите их

Сомнение – это один из самых мощных камней преткновения, с которым сталкиваешься на пути интуитивного развития. Сомневаться – это нормально, однако не позволяйте этому состоянию ограничивать и контролировать вас. Этот ноющий голос, твердящий, что вы дурачите себя, что вы не особо-то прозорливы, что лучше все это прекратить и заняться чем-то другим, скорее всего, будет преследовать вас. Знайте, что это попытки рационального эго перехватить контроль над ситуацией. Интуитивное озарение исходит от души – помните об этом и о том, что сомнения не должны вредить вам.

Ошибаться нормально

Каждый из нас хотел бы работать с интуицией безупречно, избегая любых ошибок. Но правда заключается в том, что, если вы боитесь делать ошибки и неправильно трактовать или считывать энергетическую информацию, вы далеко не уйдете. При развитии интуиции опыт просчетов и промахов так же важен, как умение попадать в точку. Позднее вы научитесь чувствовать, когда и почему неверно восприняли или истолковали энергетическую информацию.

Передавайте полученную информацию

Описывайте энергию, которую вы интуитивно воспринимаете, как можно достовернее и точнее. Не пытайтесь использовать медицинские термины или излагать ваши впечатления в виде изящного и логичного рассказа. Поначалу придется подыскивать слова, вам будет казаться, что то, что вы описываете, не имеет смысла. Но в конце концов правое и левое полушария мозга начнут работать в унисон, формируя целостное понимание, – правое будет получать интуитивные импульсы, а левое начнет «подключать» нужные слова и толкования для передачи энергетической информации. В итоге вы станете глубже вникать в процесс и научитесь доверять спонтанному языку при описании ваших интуитивных ощущений.

Практика

Использовать интуитивные навыки как можно чаще, конечно, полезно, тем более что дефицита в объектах исследования, как правило, не наблюдается. Однако перед тем как начать

практиковаться на членах семьи или друзьях, обязательно спросите разрешения настроиться на их энергию. Неэтично интуитивно считывать чье-либо физическое тело без позволения.

Существуют и другие способы наработки практики. Каждое живое существо окружено энергетическим полем. Вы можете многому научиться, исследуя растения, деревья и даже камни. Все живое будет общаться с вами. Например, ваши питомцы будут рады, если вы настроитесь на их энергии. Домашние животные – своего рода экстрасенсы, они осознают, когда вы интуитивно общаетесь с ними. Кроме того, вы сможете помочь им с возможными непроявившимися проблемами со здоровьем.

Также можно работать с птицами, белками, любыми животными, с которыми столкнетесь. Однако здесь могут возникнуть сложности, поскольку животные, как правило, не стоят на месте. Тем не менее у меня случались удивительные прозрения при интуитивном восприятии энергии животных и растений. У всех живых существ есть сознание, мысли, эмоции и душа.

* * *

Помните об этих рекомендациях по мере изучения книги. Теперь вы знаете основы подготовки к интуитивному развитию и готовы приступить к процессу настройки на врожденную интуитивную энергию вашего тела, ума и духа.

Глава 2. Ваше энергетическое здоровье

Иногда я мечтаю о том времени, когда здоровье человека будет оцениваться не только с точки зрения его физического, ментального и эмоционального состояния, но и энергетического. Хорошее состояние энергии обеспечивает и укрепляет здоровье разума, тела и духа. Интуитивный настрой – это сознательное отношение к энергии. Чтобы стать хорошим интуитом, способным максимально точно и подробно передавать информацию о состоянии здоровья, надо осознать, что главное, с чем вы работаете, – это невидимая энергия, к которой вы подсоединяетесь и с которой взаимодействуете.

Даже если вы не считаете себя интуитом, знайте, что в любом случае вы ежедневно впитываете энергию своих друзей, членов семьи и коллег. Более того, вы не ограничиваетесь своим ближним кругом, вы поглощаете энергию далеких событий, мыслей и чувств людей, находящихся за тысячи миль от вас. Никогда человечество не было так подвержено воздействию событий, происходящих по всему миру, как в век интернета и социальных сетей. У нас в душе есть окно, через которое мы реагируем на чувства, убеждения, взгляды других людей. Если что-то трогает наше сердце, вызывает тревогу или беспокойство, это значит, что мы тем самым развиваем свою интуитивную восприимчивость. Энергия не ограничена временем и расстояниями. Она не знает физических пределов, присутствуя всегда и во всем.

Развитие способности взаимодействовать и работать с энергией повышает вашу интуитивную чувствительность. По мере того как вы будете осознавать возрастающую силу своей интуиции и энергетическую динамику, ваша невидимая связь с другими людьми будет становиться все более ощутимой. Вы увидите, какое влияние оказывают мысли, эмоции, убеждения на ваше здоровье, а также на здоровье тех, кто рядом и кто далеко. Так же, как мы впитываем энергию других людей, они поглощают нашу. Каждый из нас вносит свой позитивный или негативный вклад в единое целое. Думаю, в недалеком будущем все мы будем воспринимать друг друга в большей степени как энергетические существа, нежели физические.

Медицинские услуги будущего

Медицинская интуиция и энергетическая медицина станут основой системы здравоохранения будущего. Наступает время осознания необходимости энергетического здоровья. Как говорил Альберт Эйнштейн, энергия не исчезает. Ее нельзя ни создать, ни уничтожить. Она просто меняет форму. После физической смерти человека его энергия продолжает жить. Она существует вне границ времени и пространства, она могущественнее физического тела. Активизируя свою энергетическую вибрационную силу, вы можете исцелять, восстанавливать и укреплять свое физическое тело, ментальное состояние и эмоции.

У многих пациентов, с которыми я работаю, плохое энергетическое здоровье. Главная причина – вредная энергетика, в которой полно токсинов, негатива и дисбаланса. Она окружает и «питает» людей ежедневно. Хорошее физическое, ментальное и эмоциональное здоровье начинается с сильной энергетической структуры. В противном случае люди болеют, не могут справиться с эмоциями, испытывают физическую и душевную боль. Как только энергетическая система приходит в равновесие и положительная энергия вытесняет токсичную, застойную, тело тут же реагирует и настраивается на исцеление. Уходят эмоциональное и умственное напряжение, тревожность и ощущение вечной усталости, восстанавливается эндокринная и мышечная системы, приходит в равновесие гормональный баланс, снижается вес.

* * *

Приведенный ниже опросник поможет вам понять состояние вашего энергетического здоровья.

Опросник: показатели энергетического здоровья

	Часто (3 балла)	Иногда (2 балла)	Никогда/ редко (1 балл)
0- У меня болит голова от яркого света или флуоресцентного освещения			
1- Я испытываю апатию+мне ничего не интересно			
2- По ночам переживания не дают мне уснуть			
3- Я забывчив'а(и часто опаздываю			
4- У меня нет аппетита+еда не привлекает меня			
5- У меня много идей и планов+но нет возможности их реализовать			
6- Я чужой'ая(для своей семьи и друзей- Я чувствую себя ненужным'ой(в этом мире			
7- Я много сплю+но ощущаю постоянную сонливость и вялость			
8- Я много ем+особенно налегаю на сладкое и углеводы			
0/- Я испытываю приливы энергии+ сопровождаемые учащенным сердцебиением			
00- Иногда я не знаю+зачем и почему я нахожусь на этой земле- Я хочу домой			
01- Я страдаю от бессонницы			
02- Я много и часто мечтаю			
03- У меня постоянно болит голова			
04- Меня преследует предчувствие гибели или катастрофы			
05- У меня хроническая аллергия			
06- Я вижу в воздухе какие,то темные энергетические пятна и линии			
07- Я хотел'а(бы все бросить и сбежать от моей сегодняшней жизни			
08- Меня часто одолевают депрессивные состояния			
1/- Я плохо себя контролирую+когда слышу неожиданную информацию			
10- Я очень неуклюжий'ая(

Ш. Диллард. «Развивайте интуицию исцеления: активируйте природную мудрость для оптимального здоровья и благополучия. Дар интуиции, или Как развить шестое чувство. Сакральные знаки и символы: пробудитесь к сообщениям и синхронности вокруг вас. Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип»

	Часто (3 балла)	Иногда (2 балла)	Никогда/ редко (1 балл)
11- Я постоянно прокручиваю в голове негативные мысли			
12- У меня хронический зуд кожи и необъяснимые высыпания			
13- Я крайне чувствителен'а(к тому+что думают и говорят обо мне другие люди: меня может легко ранить их мнение			
14- Мои фантазии мешают мне уснуть			
15- Я испытываю внезапную необоснованную панику и.или страх			
16 Независимо от того+сколько сплю+я постоянно чувствую усталость			
17- Я испытываю тревогу+для которой нет оснований			
18- У меня проблемы с пищеварением и хроническое расстройство желудка			
2/- Я чувствую+что мир на земле скучен и бессмыслен			
20- Я часто ощущаю себя растерянным'ой(+ будто не от мира сего			
21- Я набираю вес без объяснимых причин			
22- После сильных духовных переживаний я испытываю депрессию			
23- Меня тревожит тот факт+что я вижу или чувствую присутствие призраков или духов			
24- У меня случаются спонтанные перепады настроения			
25- Я испытываю необъяснимые боли в теле			
26 Мысли переполняют меня+я не могу сосредоточиться			
27- Я могу все время находиться в движении+ как будто обладаю неограниченным запасом энергии- Мне трудно остановиться и расслабиться			
28 Я слышу внутренние голоса и испытываю из,за этого страх и тревогу			
3/- У меня бывают переживания+которые я не могу контролировать — как будто что,то происходит вне меня			
30- Я вижу обрывки прошлых жизней			
31- Злые сущности и духи пытаются привлечь мое внимание			
Сумма баллов			

Если набранная сумма баллов между:

101–129 = А

68–100 = В

42–67 = С

А. Энергетическое истощение

Вы поглощаете низкие вибрации и, возможно, токсичную энергию. Это вредно для вашего разума, тела и духа. Вам необходимо что-то предпринять, чтобы вернуть энергетическое равновесие. Нужно научиться защищать себя от энергетических атак, которые сбивают вас с пути к высшему благу.

В. Энергия на грани

Вы находитесь в одном шаге от того, что вредная энергия накроет вас с головой. У вас уже бывают моменты, когда вы погружаетесь в пучину низких вибраций. Вам необходимо научиться отличать энергию вашего высшего блага от энергетических вибраций, истощающих внутренние резервы. Если вы станете более чувствительны к качеству окружающей вас энергии, то сможете прийти в уравновешенное состояние и увеличить свои позитивные энергетические запасы.

С. Ось гармонии

У вас нет признаков негативной и токсичной энергии. Продолжайте движение навстречу высшим вибрациям, наращивайте поток положительной энергии в теле, разуме и духе. Сохраняйте состояние осознанности, доверяйте своему интуитивному ощущению относительно окружающей вас энергетики. Скорее всего, вы человек, притягивающий к себе окружающих, – находясь рядом с вами, люди чувствуют себя легко и непринужденно.

Поддержание хорошего состояния энергетического здоровья

Следующие шаги ведут к исцелению, они помогут улучшить и поддержать хорошее состояние энергетического здоровья.

Совершенствуя и оттачивая интуитивные навыки и способности, вы развиваете свою чувствительность к энергетическим вибрациям. Каждый день, взаимодействуя с разного рода энергиями, вы должны быть бдительными и внимательными. Помните: мы не поглощаем негативную, токсичную, основанную на страхе энергию, потому что этого не хотим. Большинство людей впитывают боль, стресс, страхи и гнев окружающих не осознавая этого. Однако так же, как грязная вода или несвежая еда могут вызывать инфекционные заболевания, так и поглощение энергии с низким уровнем вибрации будет негативно влиять на вас.

Вот рекомендации, которые помогут вам.

Первый шаг к установлению энергетического баланса и привлечению позитивной энергии – это активизация силы духа и принятие на себя ответственности за собственную жизнь. Вы можете регулировать и контролировать то, что поглощаете из внешнего мира, с чем взаимодействуете. Ваш дух – это часть вас, он связан с высшими вибрациями любви и мудрости. Когда ваша сознательная личность настраивается на дух, вам начинают помогать мощнейшие силы. Вы притягиваете и выпускаете в себя добро и позитив. Все темное, негативное, ненужное будет как будто отскакивать от вас.

Дух взаимодействует с вами через интуицию. Ежедневно она направляет вас к тем ситуациям, поступкам, мыслям, эмоциям и обстоятельствам, которые насыщают и расширяют вашу позитивную энергетическую составляющую. Каждый день вы осознанно и бессознательно делаете выбор, который либо способствует энергетическому здоровью, либо увеличивает нагрузку на тело, разум и эмоции. Интуиция уведет вас от людей с дурными намерениями и от тех, кто «откачивает» из вас энергию. Она может энергетически снять негатив или ослабить стресс. Интуиция не позволит вам попасть в опасную ситуацию и направит к тем обстоятельствам, которые наполнят вашу жизнь любовью и верой. Интуиция укажет на то, что истощает ваши энергетические ресурсы и негативно влияет на разум, тело и душу.

Наставления интуиции просты и прямолинейны. Прислушайтесь к своему телу. Обратите внимание на то, что провоцирует тошноту, беспокойство, переживания, ощущение опасности, нервозности и напряжения. Ваше тело не обманывает вас. Фиксируйте свои ощущения. Подмечайте, что именно расстраивает вас, наполняет страхом или вызывает тревогу. Обратите внимание на внутренний диалог, когда кто-то как бы подсказывает вам, что что-то «не так». Если вы получите интуитивное предупреждение или сигнал об опасности, не подавляйте их излишними логическими рассуждениями. Запоминайте свои сны и старайтесь расшифровать их. Интуиция будет часто проявлять себя именно через сны, чтобы обратить ваше внимание на то, что сознательный ум отрицает. Когда вы получите какое-либо интуитивное сообщение, постарайтесь уединиться и попросить дать вам внутреннее руководство для лучшего понимания.

Помните, что внешняя оболочка мало что расскажет. Изучайте энергию всего, с чем соприкасаетесь, близкого и далекого.

Вы – любовь

Любовь – это самый мощный источник высоковибрационной энергии. Когда вы любите себя и других, относитесь к себе и окружающим с уважением, тогда через вас течет исцеляющая и оживляющая энергия, которая оберегает вас. Осознайте, кто вы. Вы – любовь, воплощенная в мире материи. Любить себя – это не эгоизм. Напротив, это понимание того, кто вы есть. Когда вы любите себя, вы помните о своей истинной духовной природе. Вы говорите: «Я един(а) с любовью».

Вы – любовь, так же, как и все, кого вы встречаете. Соприкасайтесь с позитивной энергией людей, наполненной любовью. Между тем многие любящие люди, желающие помочь другим, сознательно впитывают чужую печаль и боль, ошибочно полагая, что таким образом можно как-то поправить ситуацию. Когда люди демонстрируют вам свою беспомощность и эмоциональные раны, не позволяйте им дурачить себя. Ведь они, как и вы, связаны с бесконечным источником любви и мудрости – то, что есть внутри вас, есть и у них. Проявляйте сострадание и относитесь к людям с симпатией, но не отождествляйте себя с их травмами и желанием выступить в роли жертвы. Когда вы фокусируетесь на чужой беде или беспомощности, то вы на самом деле только вредите – не даете людям увидеть и осознать их истинную сущность. Будьте тем, кто снимает шоры с глаз. Чтобы испытывать совершенную любовь и благодать, любите других в наивысшем значении этого слова – смотрите на их внутреннюю силу и красоту.

Любой разлад, любую эмоциональную травму и боль, которую мы испытываем, может исцелить совершенная и воссоздающая сила – любовь. Когда вы видите ее в глубине себя, вы можете узнать ее и в другом человеке. Эта сила пребывает в каждом из нас, даже когда кажется, что внешне она никак себя не проявляет. Сумейте увидеть свет в других людях, и они разглядят его в самих себе.

Упражнение. Эмоциональная чистка

Если вы чувствуете, что впитали чужую токсичную энергию в виде гнева или горя, это упражнение поможет очистить ваше энергетическое поле.

- Сделайте глубокий вдох. Теперь дышите спокойно, старайтесь расслабиться, позвольте своим эмоциям выйти на поверхность. Начните описывать их словами. Хотя это звучит просто, на самом деле мы редко отдаем себе отчет в том, что действительно чувствуем и что является источником наших переживаний.

- Фокусируйтесь на каждой эмоции по очереди. Спрашивайте себя, находится ли ее источник внутри вас или вы «подхватили» ее извне.

- Сделайте несколько долгих, глубоких, очищающих вдохов-выдохов. Слушайте себя. Сейчас вы почувствуете, ваше это переживание или вы впитали его от другого человека. Доверьтесь своей первоначальной интуитивной реакции.

- Если вы почувствовали, что это эмоция пришла из внешнего источника, проявите осознанное и твердое намерение отпустить ее. Вам вовсе не нужно знать, откуда она появилась. Просто дышите и повторяйте про себя, что освобождаетесь от того, что вам не принадлежит.

- Если это переживание ваше, то мысленно попросите о внутреннем руководстве, чтобы узнать, что нужно предпринять для исцеления или трансформации. Позвольте эмоциям заявлять о себе и слушайте их.

- Этот процесс может быть длительным или коротким. Если вам нужна помощь в решении и понимании того, как эмоционально исцелиться, попросите совета или наставления у того, кому доверяете.

* * *

Любовь – это самая мощная энергия, которая поддерживает здоровье в материальном мире и невидимых сферах. Если вы не чувствуете вибрации любви, значит, в вашей энергетической системе произошла утечка. Ведь по сути вы и есть любовь. Она всегда в вас. Любовь помогает исцелить физическое тело, она всегда дарит надежду и веру, несмотря ни на какие обстоятельства. Освобождайтесь от гнева и недовольства, учитесь прощать себя и других. Благодарите каждый день за все хорошее, что есть в вашей жизни. Открывайте свое сердце и призывайте любовь, живущую в вас. Пусть она восстанавливает и укрепляет ваше тело, разум и дух.

Сила энергии мысли

Хотя нам нравится думать, что наши мысли оригинальны и уникальны, это не всегда так. Существует коллективная мыслительная энергия, к которой мы все подключены. Вы можете не осознавать, что на вас воздействуют мысли других людей – близких или далеких. Между тем мысли – это энергия, которая перемещается по всему миру от одного человека к другому.

Так уж повелось, что с юных лет нас учат перенимать убеждения, взгляды и суждения других людей. В течение дня мы тем или иным образом подвергаемся влиянию внешней мыслительной энергии и впитываем ее. Людей часто связывают общие антипатии, негативные мнения, обиды и неприятие. Есть некое привлекательное ощущение идентификации себя с группой единомышленников относительно политических взглядов или моделей поведения, или суждений и предубеждений, касающихся других национальностей, религий и сексуальной ориентации. На самом деле это – внутренняя потребность в безопасности. Многие считают, что нужно, например, поддерживать и принимать мыслительную энергию своих начальников и коллег, чтобы не пыльно зарабатывать на жизнь и преуспевать в карьере. Мы отказываемся от собственной внутренней истины и заглушаем тихий голос духа для того, чтобы жить в мире, который, как нам кажется, имеет над нами власть. Страх побуждает нас произвольно и бессознательно воспринимать негативную мыслительную энергию, принимая ее за свою. Это бездумное подчинение уводит нас от нашего истинного и могущественного «Я».

Вы – это не ваши убеждения, мысли и суждения. Вы – духовная энергия, связанная с источником всеобщей любви и мудрости. Когда вы принимаете энергию мысли, вибрации которой не согласуются с вашим духовным центром, энергетическая нагрузка на тело, разум и дух увеличивается. Этот путь в никуда. С тревогой, беспокойством и напряжением в конечном итоге приходит болезнь.

Как и любовь, ваше подлинное внутреннее «Я» не может быть уничтожено или кем-то разрушено – оно никогда не покинет вас. Это ваш источник силы и исцеления. По мере развития интуитивной чувствительности вы начнете слышать и слушать его голос. Каждый человек в той или иной степени обладает негативной мыслительной энергией, это факт. Однако хорошая новость заключается в том, что все мы имеем врожденную способность освобождаться от нее и соединяться с могуществом своего истинного «Я».

Многие переживают, что если начнут жить собственной правдой, то люди отвернутся от них, сочтя их как минимум странными. Но этого не произойдет. Напротив, когда вы твердо знаете, кто вы, когда не отступаете от своей истины, от вас исходит магнетический, притягательный свет. Люди стремятся к невидимому центру вашей силы и мощи. Более того, в вашем присутствии они ощущают собственную силу. Своим стремлением быть собой настоящим вы вдохновляете других быть верными своей истине.

Упражнение

Высвобождение и преобразование энергии мысли

Сейчас необходимо разобраться с мыслями, убеждениями, суждениями и идеями, которые не соотносятся с вашей истиной. Начните с этого упражнения.

- Сделайте глубокий вдох-выдох. Теперь дышите спокойно, расслабьтесь и слушайте себя. Постепенно вы начнете ощущать присутствие двух противоположных энергий. Прислушайтесь к ним. Не отстраняйтесь от них и не отвергайте.

- Источником некоторых мыслей является ваше эго. Как правило, это те мысли, которые вы впитали из коллективного разума. Довольно легко распознать их контексты: критика, осуждение, неодобрение, брань. Подобного рода размышления могут пытаться убедить вас прекратить это упражнение. Не поддавайтесь, просто проговорите их вслух.

- Озвучивая негативные мысли, следите за энергией своего тела. Что вы чувствуете? Слабость, усталость, напряженность, утомление, тревогу?

- Теперь обратитесь к своему «Я» и попросите, чтобы оно послало вам другие мысли. Позвольте проявиться им из глубины вашего духа. Произнесите просьбу вслух. Почувствуйте энергию своего тела. Эти мысли успокаивают, расслабляют, воодушевляют вас? Мысли, исходящие от истинного «Я», всегда позитивны и мудры, поскольку исходят из источника энергии. Они свободны от осуждения, предвзятости, страха и негатива.

- Продолжайте слушать себя. Если мысль угнетает вас, не удерживайте ее – произнесите и отпустите. Она вам больше не нужна. Попросите, чтобы она отправилась в свет мудрости и любви для трансформации в положительную энергию.

- Обратитесь с просьбой наполнить вас истинными мыслями. Позвольте им течь легко и свободно, укрепляя и исцеляя.

Ежедневно, нравится нам это или нет, но мы пересекаемся с мыслительной энергией, которую или принимаем, или отклоняем. Какие-то мысли поступают извне, какие-то – из внутреннего источника нашей истины. Выразите четкое намерение слушать и впитывать исцеляющие мысли, и ваш ум, тело и дух будут восстанавливаться и укрепляться.

Внутренняя сила

Уважайте себя и путь, которым идете. Все мы пришли в этот мир, чтобы что-то узнать о себе. Семья, родители, социальный статус, пол, национальность, а также обстоятельства и события, с которыми мы ежедневно сталкиваемся, были спланированы так, чтобы вдохновить нас искать свое истинное «Я». Отбросьте самобичевание и чувство вины. Простите себя за

то, о чем сожалеете, и начинайте каждый день с чистой страницы. Иногда вам кажется, что роль, которую вы согласились сыграть в спектакле жизни, не имеет смысла. Но знайте, когда вы уважаете себя, то и другие уважают вас. Настраивайтесь только на лучшее.

Признайте свою силу, она – ваша позитивная энергия. Говорите правду. Высказывайте свое мнение по важным и не очень значимым вопросам: говорите «да», когда действительно соглашаетесь, и «нет», если с чем-то искренне не согласны.

Ваша внутренняя сила позволяет создавать красоту, изобилие, любовь, благополучие, прекрасное здоровье и наслаждаться всем этим. Однако многие люди, особенно женщины, боятся признать собственную силу и открыто о ней заявить, будучи уверенными, что она сопряжена с принуждением или эгоизмом. В нашем материальном мире мы неверно истолковываем истинное значение внутренней силы. Вместо того чтобы воспринимать ее как позитивный источник энергии, мы приписываем ей агрессию, власть, доминирование и контроль.

Когда вы сознательно не работаете со своей силой, то обязательно находятся желающие использовать ее в своих целях. Мы слишком легко отдаем ее другим, в результате становимся энергетически уязвимыми и начинаем хаотично поглощать внешние токсичные вибрации. Все это приводит к дисбалансу в мыслях, эмоциях и физическом теле.

Похищение силы

Каждый день мы отдаем свою внутреннюю силу, не осознавая этого, более того, у нас ее выманивают самыми банальными мошенническими способами. Кто? Например, ваша подруга, переживающая личные драмы и нуждающаяся в ваших советах и помощи. Самое интересное, что она, похоже, даже не собирается менять свою жизнь. Она приходит к вам и рассказывает о своих проблемах и о том, как другие не пытаются понять ее, а только используют. Вы слушаете, высказываете искреннюю поддержку и даете массу советов. Однако ничего нового с подругой не происходит. Вы же истощаете себя все больше, после каждой встречи чувствуете себя словно «выжатый лимон». Да, вы хотите помочь своей подруге, на деле же ваша позитивная энергия лишь подпитывает ее потребность в вечной драме и хаосе.

Когда вы видите в другом человеке источник своего счастья или верите, что вам нужна его любовь, чтобы исцелиться и обрести целостность, вы отдаете свою силу. Когда вы испытываете чувство вины или вам неуютно рядом с другом или родственником, у которого никогда не бывает счастливых моментов и который завидует вашему успеху, вы отдаете свою силу. Когда вы ищете совета другого человека, который, как вам кажется, лучше знает, как решать ваши проблемы, вы отдаете свою силу. Многие здоровые, позитивные и любящие люди позволяют другим – тем, кому они сочувствуют или кого жалеют, – вытягивать энергию. Это – духовная созависимость, которая приводит к истощению, измождению и в итоге – к физической болезни.

Сострадание и растрачивание себя – вещи несовместимые. Осознайте, что источником силы, создающей мир, гармонию, изобилие и любовь, является ваш дух. Когда вы признаете это, то поймете, что окружающие люди обладают той же силой. И ваша, и их внутренняя сила проистекает из божественного источника энергии, она бесконечна и необъятна. Выразите это осознание через свои намерения и действия. Не поддавайтесь искушению видеть в других беспомощные жертвы. Да, они не осознают своей природной способности изменять и трансформировать текущую ситуацию. Но это не дает им право дурачить вас и ставить под угрозу вашу целостность. Будьте добрыми, любящими и сострадательными. Однако всегда помните, что у каждого человека есть свой внутренний источник силы.

Почаще говорите себе:

Я подключен(а) к источнику силы. Моя сила говорит со мной через интуицию, направляя меня к благу, здоровью и благополучию.

Упражнение

Возвращение своей силы

Тело нуждается в вашей внутренней силе, ведь ему надо поддерживать здоровье и хорошее самочувствие. Позволяя другим перекачивать вашу энергию, вы лишаете себя «топлива», необходимого для физических потребностей. Энергетические каналы – это невидимые артерии энергии, которые тянутся от вас к другим людям. Они возникают, когда вы отдаете свою силу. Если это повторяется регулярно, то ваша энергия откачивается через них уже помимо вас.

С помощью этого простого упражнения вы сможете вернуть свою силу.

- Глубоко вздохните. Сделайте очищающий вдох, а выдыхая, мысленно освобождайтесь от стрессов и напряжения. Продолжайте дышать, старайтесь расслабиться. Закройте глаза и просканируйте свое тело, начиная с макушки.

- Заявите о намерении осознать все энергетические каналы, через которые вы либо отдаете свою силу, либо поглощаете энергию других людей.

- Скажите вслух или про себя: «Я возвращаю свою силу и освобождаюсь от любых энергетических каналов».

- Продолжайте сканирование. Доверьтесь своей интуиции – она приведет вас к тем людям, с которыми у вас образовались энергетические привязки. Вы можете с помощью ясно-видения узнать человека или почувствовать вибрацию канала, через который вытягивается энергия. Когда вы увидите эту связь, спросите: «Что мне сделать, чтобы освободиться от этого канала энергии?» Скорее всего, вам будет нужно проявить намерение отпустить его.

- Вы можете осознать, куда уходит ваша энергия, но это случается не всегда. Если же вы увидели, к кому направляется канал, попросите своих ангелов исцелить энергетический дисбаланс, возникший между вами и другим человеком. Затем визуализируйте зеленую и золотую высоковибрационную целебную энергию в том месте, где крепилось соединение.

- Совсем не обязательно знать адресата вашей энергии. Если вы распознали канал, но не видите, к кому он уходит, выразите намерение отпустить его. Сделав это, визуализируйте зеленую и золотую высоковибрационную целебную энергию в том месте, где был прикреплен канал.

- Продолжайте сканировать тело, пока не освободитесь от всех каналов. Представьте себя окруженным высоковибрационным золотым, зеленым и белым светом. Дайте себе установку проявлять любовь и заботу о других, не забывая о своем душевном и физическом здоровье.

Интуитивное питание

Пища – это энергия. Питание является важнейшим аспектом, влияющим на состояние здоровья человека. Уже в раннем детстве мы знали о полезных продуктах, которые необходимы каждому, – овощи, фрукты, цельные злаки, рыба и так далее. Однако наш сегодняшний рацион далек от норм правильного питания – слишком много обработанных продуктов, небезопасных жиров, сахара и соли. Вредные продукты пагубно влияют не только на наше физическое тело – мы уже знаем, что оно поглощает необходимую жизненную энергию из тела энергетического. А если оно слабое, то и организм в конце концов слабеет и утрачивает баланс. Таким образом нездоровое питание создает порочный круг, лишая человека сил.

Живая еда обладает энергетической структурой. Фрукты, овощи, пряности и специи имеют свою ауру. Энергетически они состоят из природных элементов, которые поглощают вибрации солнца, земли, дождя, растений или живых существ, рядом с которыми росли. Такая пища способствует поддержанию нашего энергетического здоровья. Она имеет не только высокую питательную ценность, но также увеличивает запасы энергии, подпитывая нас своей жизненной силой. Красное мясо, рыба, птица и молочные продукты также имеют энергетическое

поле и ауру. Им присущи вибрации, свойственные среде, в которой они жили. Животные, которые содержались в ограниченных пространствах, будут в той или иной степени передавать их энергетику, поэтому лучше употреблять мясо тех, которые находились в естественных условиях, поскольку, так же как растения, они сохраняют в себе вибрацию почвы, солнца, воздуха и живой энергии.

Обработанные продукты по большей части энергетически инертны. Они содержат вибрации людей, работающих на заводах по переработке и упаковке продовольственных товаров. Такие продукты также будут обладать положительными вибрациями живого источника пищи, но в незначительной степени. Как правило, они редко содержат сколько-нибудь важную энергетическую жизненную силу. Другими словами, они не могут поддерживать вас энергетически, а вот ослабить ваше энергетическое здоровье вполне в состоянии.

Преобразование вибраций пищи

Полезнее всего есть цельную и живую еду. Однако если это невозможно, то в ваших силах изменить вибрацию пищи, которую вы употребляете. Начните с проявления уважения к своему телу и диалога с ним. Настройтесь на свою физическую вибрацию и с любовью сообщите организму, что готовы слушать его наставления, выбирая то, что подходит ему, и настраивая свою физическую систему на высоковибрационную энергию. Все отзывается на любовь. Вот и ваше тело будет положительно реагировать на любящее высоковибрационное намерение.

Если вы вынуждены употреблять обработанные продукты, то сначала подержите их в руках и пошлите позитивную энергию. Произнесите молитву и попросите о божественном присутствии во время приема пищи.

Прежде чем есть мясо, рыбу или птицу, сделайте паузу и почтите живых существ, которые предоставили вам еду. Попросите о божественном присутствии. Пошлите духу животного благодарность и благословение.

По мере того как ваша интуиция будет совершенствоваться, вы станете более чувствительны к энергии пищи. Вы будете чувствовать нарастание или ослабление вибрационной энергии в зависимости от употребляемых продуктов. Возможно, вы станете более физически чувствительны к вашему рациону. Некоторые продукты больше не смогут соответствовать вашей энергии, и у вас даже может возникнуть на них аллергическая реакция.

На первых порах может показаться, что изменения состояния вашего организма, связанные с процессами вывода токсинов и лучшего усвоения пищи, не лучшим образом сказываются на вашем здоровье. Но когда вы станете более энергетически сильными, то легко начнете отказываться от еды со слабыми и негативными вибрациями и алкоголя. Вы перейдете на более высокие трансцендентные уровни жизненной энергетической силы, поэтому вашему телу, разуму и духу потребуются другая – более высоковибрационная – пища. Доверьтесь процессу. Услышьте себя, поймите, в чем нуждается ваше тело. Скорее всего, оно будет общаться с вами через физические реакции на определенные продукты.

Вы голодны или тело пытается что-то вам сказать

Ваше тело – прекрасный коммуникатор. К сожалению, мы не всегда прислушиваемся к нему, осознаем его мудрость. Тело, эмоции, мысли и дух постоянно взаимодействуют. Они настолько связаны, что, по сути, функционируют как одно целое. Западная медицина рассматривает исключительно физическое тело, не беря во внимание эмоциональную составляющую человека. Если вы испытываете боль или плохо себя чувствуете, медиков интересует только лишь состояние вашего тела. Большинство людей верят в такой подход. Мы редко способны осознать множество факторов и влияний, воздействующих на наше физическое здоровье.

Сегодня многие борются с лишним весом и стремятся развить в себе отвращение к еде. Однако на деле многочисленные диеты и горячее желание похудеть не приводят к тому, чтобы стрелка весов пошла в обратную сторону. И как бы вам ни хотелось верить, что проблемы с лишними килограммами решаются ограничениями в еде и физическими упражнениями, знайте, что мысли, эмоции и энергетическое состояние напрямую влияют на ваш вес. Вот почему необходимо обратить внимание именно на эти – нефизические – факторы.

Упражнение

Эмоциональное питание

Тягостные, подавляющие эмоции являются одной из самых распространенных причин переедания. Интуитивно впитывая негативную энергию других людей, вы сами начинаете испытывать беспокойство и смятение. Как известно, еда же изменяет химию мозга и вызывает приятные эмоциональные и психические реакции. Понятно, что тоска, тревога, печаль, страх, утомление и гнев для нас крайне дискомфортны, поэтому мы тянемся к еде, пытаясь подавить их и поднять себе настроение.

Эмоции и желание поесть тесно связаны. Интуиция же может стать ценным инструментом, который поможет настроиться на глубинную эмоциональную энергию, которая стала причиной увеличения веса, и сбалансировать ее.

- Прежде чем отправиться на кухню, чтобы утолить голод, сядьте, успокойтесь и закройте глаза. Сделайте глубокий вдох и медленно выдохните. Продолжайте глубоко дышать, на выдохе отпуская все стрессы и напряжение.

- Сфокусируйте свое интуитивное сознание и спросите себя вслух или мысленно, что вы чувствуете. Спокойно повторите этот вопрос несколько раз. Позвольте эмоциям проявиться. Называйте их и продолжайте дышать, давая возможность чувствам и переживаниям выходить «на поверхность».

- Прислушивайтесь к своим ощущениям, общайтесь с ними. О чем они говорят? Это ваша эмоциональная энергия или вы впитали ее от другого человека? Спросите, что вы можете сделать, чтобы исцелить и успокоить эмоции, прийти в состояние внутреннего мира и покоя.

- Положите руку на сердце. Вдохните энергию любви и отправьте ее из руки в сердце. Попросите о любви, позвольте ей трансформировать чужие чувства, освободить вас от них.

- Продолжайте долго и глубоко дышать. В течение нескольких минут ощущайте присутствие исцеляющей безусловной любви, проходящей через ваше тело.

- Пообещайте заботиться о себе, делать все возможное для того, чтобы ваше эмоциональное «Я» ни в чем не нуждалось. Будьте сострадательны. Пусть ваше тело знает, что вы слушаете его и хотите ему добра.

Упражнение

Интуитивное восприятие энергии пищи

Это упражнение лучше делать после интуитивного общения со своими эмоциями и ощущениями – оно поможет настроиться на энергию пищи. Мы проецируем на еду множество наших чувств, в том числе желаний, страхов и переживаний. Когда вы настраиваетесь на подобную энергию, она перестает казаться вам притягательной и соблазнительной.

- Когда у вас возникнет внеурочное желание поесть, сядьте, успокойтесь и закройте глаза. Сделайте глубокий вдох и медленно выдохните. Продолжайте глубоко дышать, отпуская на выдохе все переживания и напряжение.

- Подержите в руках продукт, который вы собираетесь съесть. Интуитивно настройтесь на энергию, которая у вас с ним ассоциируется. Позвольте появиться мыслям, чувствам и жела-

ниям в отношении его. Воспринимайте их поочередно и осознавайте, что эта энергия не имеет ничего общего с продуктом, который вы держите. После того как поймете, что все эмоции проявили себя, продолжайте дышать и расслабляться.

- Теперь интуитивно настройтесь на энергию продукта. Какая у него вибрация? У него есть энергетическое поле? Он живой или инертный? Если бы эта еда имела энергетический цвет, каким бы он был? А если бы продукт мог говорить, что бы он сказал вам? Он зарядит или ослабит ваше тело и энергетическое поле?

- Помните, у вас есть выбор. Скорее всего, энергия этого продукта не сможет каким-либо образом скорректировать ваши угнетенные эмоции или негативные мысли. Если же он вызывает положительные ощущения, выпивайте его благоприятную энергию. Спросите себя, как вы сможете позаботиться о себе, если все-таки не будете его есть.

Энергия в виде веса

Мы притягиваем и поглощаем энергию в течение всего дня. От друга, который переживает трудные времена, или коллеги, у которого болит голова. Мы бессознательно впитываем эмоциональные, ментальные и физические проблемы и переживания тех, о ком заботимся, и даже тех, кого едва знаем. Мы – энергия, и мы всегда соединяемся, сливаемся и сплетаемся с энергетическим миром, который нас окружает.

Вы когда-нибудь чувствовали себя истощенным после разговора с человеком, который делился своими проблемами и неурядицами? Выплеснув свое напряжение и тревогу, он или она уходили от вас с легким сердцем, в то время как вы едва переставляли ноги, провожая его к двери. Некоторые люди специально ищут тех, кому можно «скинуть» свои тревожения. Более того, многие любящие, позитивно настроенные люди добровольно берут на себя стресс и боль других, не осознавая того негативного влияния, которое при этом оказывается на их эмоциональное, ментальное и физическое здоровье.

Существует вполне реальная связь между поглощаемым вами чужим энергетическим напряжением и физическим весом. Когда-нибудь вы испытывали трудности с тем, чтобы похудеть? Ни специальный рацион, ни тренировки в зале не помогли избавиться от лишних килограммов. А случилось ли так, что ваш вес неожиданно начинал увеличиваться, несмотря на то, что вы питались как обычно? Если что-то из указанного вам знакомо, то, скорее всего, в этом виновата энергия, которую вы впитали от других.

Ваше подсознание может преобразовывать поглощаемую вами энергию в физические килограммы. Бессознательное не оценивает и не рассуждает. Оно просто откликается на информацию. Если вы перегружены, отягощены энергией, ваше тело будет реагировать, набирая вес.

Укрепляя и очищая свое энергетическое поле от проблем, стрессов, болей и травм других людей, вы защищаете себя от накопления ненужного энергетического веса. Регулярно делайте приведенную ниже медитацию, чтобы освободиться от лишнего эмоционального груза и похудеть.

Медитация

Энергетическая чистка и освобождение энергии в целях похудения

- Закройте глаза и сделайте глубокий вдох, направьте энергию дыхания в любую часть тела, которая болит или напряжена. Выдохните напряжение и стресс. Сделайте еще один вдох и долгий, глубокий, расслабляющий выдох.

- Продолжая глубоко дышать, представьте легчайшую цветную радугу, до краев наполненную светом. Визуализируйте себя купающимся в этом насыщенном потоке любви, вибраций и энергии. Расслабьтесь, пусть радужные цвета и вибрации окутывают вас.

- Продолжайте глубоко дышать и направьте сознание к макушке. Представьте, что белый свет начинает струиться через ваше тело. Вдыхайте эту белую энергию, попросите ее растворить и высвободить всю негативную или токсичную энергию, которую вы осознанно и неосознанно впитали из внешних источников. Попросите белый свет и поток очищения проходить через вас.

- Представьте спираль энергии, окружающую вашу голову. С помощью дыхания посылайте белый свет в эту область. Вообразите, что у вас открылся «третий глаз» (шестая чakra, о которой будет подробно рассказано в главе 11). Вполне возможно, вы увидите, как вас окружают темно-пурпурный и цвет индиго. Продолжайте дышать, чтобы освободиться от негатива и напряжения.

- Переместите свое сознание в область горла. Здесь позвольте свету растворить и убрать все, что вам больше не нужно. Дайте проявиться внутреннему голосу истины. Прислушайтесь к происходящему и дышите. Освобождайтесь от негатива ограничивающих вас чужих мыслей и суждений.

- Осознайте свое сердце. Представьте текущий сюда белый свет и насыщенные волны любви, раскрывающиеся внутри вас. Позвольте всем проявлениям боли, душевным ранам и страданиям всплыть на поверхность сознания. Глубоко дышите и отпускайте любые эмоции, которые не служат вашему высшему благу. Помните, что все, что вам нужно сделать, это прочувствовать их и освободить. Попросите избавить вас от ненужной энергии, которую вы впитали от других, а также о том, чтобы эта энергия ушла в свет.

- Сконцентрируйтесь на солнечном сплетении, почувствуйте его вибрацию. Позвольте энергии белого света течь к вашему желудку. Глубоко дыша, освобождайтесь от стыда и вины, от мыслей и убеждений, ограничивающих вас. Прочувствуйте силу как вибрирующую жизненную энергию.

- Переместите сознание в область под пупком. Представьте, что сюда втекает белый свет. Вдыхайте энергию этого света и отпускайте все ограничивающие суждения о вашей сексуальности, способности выстраивать отношения и заботиться о себе. Очистите эту зону дыханием любви.

- Мысленно остановитесь на основании позвоночника. С помощью дыхания направьте в эту область энергию белого света и ощутите свою связь с землей. Почувствуйте, как она поддерживает и любит вас. Земля призвала вас в физическое существование. Именно она обеспечивает вас всем необходимым. Прочувствуйте единство со всем сущим.

- Позвольте энергии белого света очистить вас, проходя сквозь все ваше тело. Знайте, что это совершенная любовь и мудрость. Энергия течет через вас, растворяя и освобождая от любого ненужного энергетического груза. Позвольте белому свету заполнить вас, расслабить и зарядить.

- Теперь энергия белого света расширилась, выйдя за пределы тела дюймов на двенадцать³. Она образует прозрачный световой шар, который окружает вас. Стресс и негатив уходят, и теперь проникнуть в вас может только то, что ведет к вашему высшему благу.

- Повторяйте позитивную установку, произнося вслух или записывая. Делайте это часто — пока ваше бессознательное не начнет функционировать согласно положительным импульсам.

Например:

Я отпускаю лишние килограммы. Меня питает вибрирующий источник энергии. У меня идеальный вес.

³ Дюйм равен 2,54 см.

Интуитивный энергетический дисбаланс

Развитие интуиции и ее использование в повседневной жизни требуют энергии. На курсах по развитию интуиции мои ученики обычно удивляются тому, как устают к концу занятия. Большинство из нас знает, насколько утомительным может быть долгий рабочий день и напряженная физическая нагрузка. Интуитивно настраиваясь на энергетическую информацию, мы также задействуем свои энергетические запасы. Постоянное обращение к интуиции наращивает ваши энергетические «мышцы». Объем вашей ауры или энергетического поля будет увеличиваться по мере того, как часто вы будете применять интуицию и наполняться энергией из первоисточника. Это в чем-то схоже с умением поднимать тяжести, когда в процессе тренировок вы увеличиваете объем и выносливость мышц. Практикуя упражнения, описанные в этой книге, и настраивая свою интуицию на более высоковибрационную энергию источника, вы в конечном итоге пополните свои энергетические резервы. Это и будет ваш источник силы.

По мере того как будет возрастать ваша уверенность во взаимодействии и контакте с высоковибрационной энергией, важно уметь распространять ее на все аспекты разума, тела и духа. Если этого не сделать, вам грозит энергетическая разбалансировка. Как это происходит?

Интуитивная энергия может быть чарующей. Контакт с высоковибрационным ее проявлением кажется умиротворяющим, бодрящим, успокаивающим, возбуждающим и утешающим одновременно. Осознав однажды эту внутреннюю силу, сумев уловить проблески своего истинного, духовного «Я», мы уже не можем оставаться прежними. И тогда материальный мир становится для нас скучным и грубым. Некоторым людям работа с высоковибрационной энергией кажется столь притягательной, что захватывает их целиком – они готовы отказаться от прежней жизни. Для кого-то карьера теперь кажется пустой тратой времени, кто-то же утрачивает всякое желание общаться с семьей, друзьями, даже с супругом или партнером. Мирское теряет смысл, люди хотят как можно скорее забыть о прошлом и углубиться в духовные сферы. Когда вы утончаете вибрации своей ауры, то можете испытывать подобные или другие физические, ментальные, духовные и эмоциональные побочные проявления.

Общие признаки энергетического дисбаланса, вызванного высокими вибрациями

- Чувствительность к свету и шуму
- Головная боль
- Бессонница
- Головокружение
- Отсутствие аппетита
- Отсутствие интереса к работе, друзьям, увлечениям, социуму
- Ощущение себя не от мира сего, дезориентация
- Уход в мечты и фантазии
- Рассеянность из-за спонтанных психических видений и контактов
- Проблески воспоминаний из прошлой жизни
- Экстатическое чувство восторга, сменяемое глубокой печалью

Упражнение

Методы уравнивания при интуитивном, высоковибрационном энергетическом дисбалансе

Если вы испытываете какие-либо из перечисленных выше ощущений и переживаний, признайте, что вы находитесь в середине процесса глубокой трансформации. Как только ваша интуитивная духовная энергия пробуждается и объединяется с сознательным эго, жизнь меня-

ется. Вы можете помочь этому процессу пройти более гладко, интегрируя и ассимилируя высшие вибрации энергии с помощью физического тела.

В метафизической сфере термин «заземление» понимается как полное слияние духа и физического тела – с одной стороны, тело активизируется, настраивается на состояние «здесь и сейчас», с другой – полностью принимает духовную сущность и энергии. Определенные техники и практики заземления помогут вашему разуму, телу и духу действовать как единое целое. Как только ваше равновесие восстановится, вы испытаете ощущение связи с духовным и физическим миром.

* * *

Эти простые практики помогут вам восстановить энергетическое равновесие.

- Прогулки на природе
- Работа в саду
- Укрепление мышц
- Йога
- Массаж
- Процедуры в сауне или парной
- Смех и посиделки с друзьями
- Прогулки с собакой
- Езда на лошади
- Употребление в пищу корнеплодов
- Употребление в пищу мяса или рыбы
- Просмотр комедий
- Волонтерская помощь нуждающимся
- Употребление большого количества воды
- Плавание
- Горячая ванна с тонизирующими травяными ароматами
- Прогулки вдоль реки или по берегу моря
- Творчество: рисование, пение или поэзия
- Хождение босиком по земле
- Сознательное решение избегать негативных людей и неприятные ситуации
- Разведение и созерцание костра
- Ремонт в доме своими руками
- Рыбалка
- Сеанс рефлексологии

Медитация

Заземляющее дыхание

Закройте глаза и сделайте глубокий вдох. Направьте энергию дыхания через все тело и, выдыхая, отпускайте все переживания и напряжение.

Дышите энергией белого света через макушку. Представьте, что вы выдыхаете ее через солнечное сплетение. Держите одну руку выше головы, а другую – на животе. Продолжайте дышать.

Сделайте еще один вдох через макушку, а выдох пошлите в ступни. Повторите несколько раз.

Теперь представьте, что вдыхаете энергию через ступни. Ощутите, как энергия земли поднимается по вашему телу. Положите одну руку на живот, другую держите над головой.

Ш. Диллард. «Развивайте интуицию исцеления: активируйте природную мудрость для оптимального здоровья и благополучия. Дар интуиции, или Как развить шестое чувство. Сакральные знаки и символы: пробудитесь к сообщениям и синхроничности вокруг вас. Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип»

Сейчас ваши руки сталиместилищем энергии белого света, которая полностью окутывает вас. Выдохните через солнечное сплетение. Повторите.

Продолжайте дышать энергией земли, втекающей через ступни. Энергия движется в теле, выходя через макушку. Задержитесь на этом ощущении.

Дышите через макушку и ступни. Положите обе руки на живот. Почувствуйте энергию в ладонях и направляйте ее в тело, а потом снова в живот. Продолжайте вдыхать и выдыхать через солнечное сплетение. Повторяйте, пока не почувствуете, что внутри вас есть центр, на который вы опираетесь.

* * *

Чтобы быть эффективным медицинским интуитом, необходимо энергетическое здоровье. Тогда вы будете не только хорошо себя чувствовать благодаря мощной физической энергии, но и легко и позитивно идти по жизни, зная, что ваша интуиция вас не подведет. В следующей части вы познакомитесь с уникальным способом интуитивно воспринимать информацию о состоянии здоровья.

2 часть

Ваша специализация: определите свой тип интуиции исцеления

Глава 3

Определите свой тип интуиции исцеления

Ваше тело, разум и дух всегда с вами на связи. Вы получаете их сообщения через интуицию. И хотя не всегда осознаете это, но интуитивно воспринимаете энергетическую информацию о своем здоровье через мысли, эмоции, физическое тело или энергетическое поле. Я ассоциирую эти четыре формы восприятия с медицинским интуитивным типом человека. После того как вы выясните тип своей природной интуиции, вам будет легче осознавать информацию о здоровье, а также развивать эту способность.

С помощью опросника, приведенного ниже, вы сможете определить свой врожденный медицинский интуитивный тип. Скорее всего, в вас сочетаются несколько типов, а у некоторых людей проявлены все четыре.

Опросник. Определение типа медицинской интуиции

Подсчет

3 балла = большую часть времени, 2 балла = иногда, 1 балл = редко

1. Если в компании, в которой вы находились, кто-то плохо себя чувствовал или испытывал боль, ощущали ли вы эту боль или состояние, как если бы оно было вашим?
2. Случалось ли, что вы осознавали состояние здоровья другого человека, не понимая, откуда вы это знаете?
3. Насколько глубоко вы реагируете на чувства других людей и как это влияет на ваше здоровье?
4. Вы когда-нибудь видели сон, сообщающий о вашем здоровье или здоровье другого человека?
5. Вам было бы интересно работать с практиками исцеления и/или опробовать их на себе в качестве пациента?
6. Есть ли у вас интерес к исследованиям об осознании разума, тела и духа и исцелении?
7. Чувствуете ли вы переживания других людей, находящихся за много миль от вас?
8. Можете ли вы почувствовать или увидеть ауру людей, животных или растений?
9. При прикосновении к другому человеку не было ли у вас ощущения, что вы получили какую-то информацию, но не понимаете, откуда это знаете?
10. Влияет ли на ваше здоровье присутствие в компании людей, настроенных негативно?
11. Влияют ли на ваше самочувствие положительные и отрицательные ощущения и эмоции?
12. Вы интересуетесь энергетической медициной?
13. Когда вы держали в руках старинное украшение или какой-то предмет, принадлежащий другому человеку, вы чувствовали вибрацию или особую энергию?
14. Вам нравится изучать альтернативные и новейшие техники и методы лечения?
15. Вы эмпат, заботящийся о других и стремящийся помочь другим исцелиться?
16. Вы чувствуете энергию других людей через некие звуки или вибрацию?

17. Чувствуете ли вы себя более сильным, общительным и полным энергии, когда находитесь среди позитивных людей?
18. Знаете ли вы, что думают другие о своем здоровье, и как это может повлиять на их состояние?
19. Вы когда-нибудь испытывали физическое выздоровление, после того как устранили давнюю эмоциональную проблему?
20. Когда-нибудь вы ощущали невидимое духовное присутствие?
21. Находясь на природе, вы чувствуете себя одиноким?
22. Стараетесь ли вы мыслить позитивно, используете ли аффирмации, чтобы улучшить свое здоровье?
23. Вы верите, что любовь может все исцелить?
24. Вы когда-нибудь видели или чувствовали тусклую энергию, окружающую больного человека?
25. Бывали ли случаи, когда вы интуитивно воспринимали информацию о здоровье другого человека, просто взглянув на него?
26. Вы когда-нибудь осознавали, как можно исцелить человека, и не понимали, откуда вы это знаете?
27. У вас случались прозрения об эмоциональных причинах болезни другого человека?
28. Когда-нибудь вы чувствовали или видели некую тень, сопровождающую тело другого человека, и понимали, что он болен или вот-вот заболеет?
29. Вы используете целебные травы, когда плохо себя чувствуете, знаете, какие из них вам действительно помогут?
30. У вас когда-нибудь возникали смелые идеи о революционном преобразовании системы здравоохранения или о нововведениях в этой сфере?
31. Обращаетесь ли вы за помощью к миру ангелов, когда плохо себя чувствуете или переживаете сложные времена?
32. Ощущали ли вы когда-нибудь, что духи умерших близких предупреждали вас о проблемах со здоровьем?

Подсчет

3 балла = большую часть времени, 2 балла = иногда 1 балл = редко

Сложите итоги для столбцов А, В, С и D.

	<i>A</i>		<i>B</i>		<i>C</i>		<i>D</i>
0		1		2		3	
4		5		6		7	
8		0/		00		01	
02		03		04		05	
06		07		08		1/	
10		11		12		13	
14		15		16		17	
18		2/		20		21	
<i>Итого</i>							
	<i>A</i>		<i>B</i>		<i>C</i>		<i>D</i>

- Если у вас наибольшее количество баллов в столбце *A* – вы физический медицинский интуит.
- Если у вас наибольшее количество баллов в столбце *B* – вы ментальный медицинский интуит.
- Если у вас наибольшее количество баллов в столбце *C* – вы эмоциональный медицинский интуит.
- Если у вас наибольшее количество баллов в столбце *D* – вы духовный медицинский интуит.
- Если ваши итоговые баллы подходят более чем одному интуитивному типу, значит, вы обладаете качествами двух и более типов. Это нормально, в дальнейшем это только поможет вам в процессе развития вашей интуиции.

Теперь, когда вы выяснили свой интуитивный тип, вы готовы к тому, чтобы узнать об уникальных интуитивных характеристиках и потенциале каждого. В следующих главах будут более подробно рассмотрены особенности всех четырех медицинских интуитивных типов.

Глава 4 Сострадание и участие: эмоциональная интуиция

Интуиты воспринимают энергетическую информацию в основном через эмоции. Настроенные на вибрации божественной любви и эмоциональную энергию, они максимально открыты

и испытывают широкий спектр чувств. Интуиты обладают природным свойством поглощать переживания других людей, а также эмоциональную энергию событий как недавних, так и далеких. Сверхэмпатия – это умение воспринимать и осознавать чувства других людей как собственные, это одна из форм эмоциональной интуиции. И хотя именно сверхэмпатия сконцентрирована на интуитивном восприятии переживаний и ощущений других людей, эмоциональная интуиция также подразумевает способность соединиться с космической энергией божественной любви.

Прирожденные эмоциональные интуиты способны распознавать душевные раны, боль и подавленные эмоции, влияющие как на их здоровье, так и на здоровье других людей. Они интуитивно воспринимают дисбаланс, касающийся здоровья другого человека, как некое ощущение неотвратимой проблемы, переходящее иногда в навязчивые переживания. Часто эмоционально осознавая болезнь еще до признаков ее проявления, они спешат «достучаться» до близкого человека за несколько недель до того, как он заболит. Будучи заботливыми и добрыми, интуиты уделяют время и внимание всем, кто внутренне почувствовал потребность в их помощи. И хотя обычным людям такое отношение может показаться удивительным, со временем, когда болезнь уходит, они понимают, что интуитивная осведомленность импатов действительно служит источником поддержки и помощи.

Эмоциональное понимание здоровья

Эмоциональные интуиты умеют находить пути к более ясному пониманию взаимосвязи болезней и эмоций. Бывало ли с вами такое, что, заболев, вы интуитивно осознавали, что ваше плохое состояние вызвано, в первую очередь, давней подавленностью, печалью, гневом, разочарованиями или горем? Замечали ли вы, что, простив другого человека или отпустив обиду, вы лучше себя чувствовали, или боль, не дававшая покоя, ослабевала? Подобный опыт вдохновляет эмоционального интуита, помогает осознать глубочайшую связь с эмоциональной энергией. Поняв, как эмоции влияют на здоровье и благополучие, он постарается исцелить свои старые душевные раны, сфокусироваться на любви и положительных эмоциях.

Эта история произошла с Карой, косметологом тридцати шести лет. Первый раз она пришла ко мне на прием, чтобы получить совет насчет отношений с мужчинами. Она увлекалась молодыми людьми, которые поначалу осыпали ее комплиментами, знаками внимания, стремились постоянно быть рядом, но волшебные отношения всегда заканчивались разочарованием. Кара не могла понять, почему она притягивает мужчин, которые сначала кажутся сильными, а потом превращаются в эгоистичных собственников. Она хотела узнать, когда встретит родственную душу, мужчину, который примет ее независимую натуру, будет любить и уважать ее.

Во время сеанса у меня возникли сомнения, касающиеся ее нынешних отношений. Как большинство эмоциональных интуитов, она наслаждалась яркостью эмоций и неосознанно тянулась к тем, кому, как она чувствовала, может помочь. Эта связь была похожа на многие другие из ее прошлого. Несмотря на то что человек, с которым она встречалась, был внимателен, давление с его стороны уже начинало проявляться. Я сказала Каре, что в этих отношениях не будет счастливого финала. Ей нужно учиться чувствовать себя комфортно с мужчинами, у которых здоровая самооценка. Она же выбирала красивых, но эмоционально незрелых. Ей хотелось залечить их душевные раны, помочь обрести уверенность в себе, однако ее усилия встречали лишь сопротивление.

Стрессы и многочисленные сердечные раны влияли на ее состояние, лишая сил и снижая иммунитет. Я сказала Каре, что, пока она не изменится, разочарования будут ее преследовать. Что же касается физического здоровья, то она уже сейчас крайне уязвима, болезни не заставят себя ждать. Кару привлекали отношения, полные эмоционального накала, любовь же, которую

она так ждала, каждый раз ускользала от нее. Родственная душа, о встрече с которой мечтает Кара, придет в ее жизнь только тогда, когда она начнет относиться к себе с любовью и состраданием, ожидая такого же отношения и от других.

Мы встретились примерно через год. Она пришла ко мне на сеанс и рассказала, что восстанавливается после инфекции мочевого пузыря. До этого она тяжело переболела гриппом, а еще раньше она перенесла стафилококк из-за незначительного, как она думала, пореза на руке.

«Это был трудный год, – сказала она. – Большую часть времени я проболела. С моим парнем мы то расходились, то сходились. Наконец все закончилось около шести недель назад. Однажды, когда я болела и лежала в постели, меня посетило озарение – я задремала и буквально почувствовала, как токсичные эмоции, связанные с нашими отношениями, прямо-таки текут в моих венах. Это было похоже на яд. Я интуитивно осознала, что это и является причиной моих болезней. Теперь я действительно стала понимать, насколько мне необходима истинная любовь. Я решила проводить время с добрыми и любящими людьми, которые по-настоящему заботятся обо мне. Я стала больше прислушиваться к своей интуиции. Она на самом деле работает. Я наконец-то начинаю доверять ей».

У Кары не только произошел важный прорыв в понимании того, как эмоции влияют на ее здоровье, она смогла разорвать порочный круг отношений, которые ничего, кроме разочарования, не приносили. Она научилась прощать и любить себя, прислушиваться к своей интуиции. И вот на свадьбе своей подруги она встретила Брайана. Поначалу он не вызвал в ней каких-то особых эмоций, тем не менее она прислушалась к своей интуиции и приняла его приглашение на ужин. Вот уже шесть месяцев они вместе, и Кара чувствует себя счастливой и здоровой как никогда.

Эмоциональное интуитивное восприятие состояния здоровья других людей

Эмоциональные интуиты часто настраиваются на эмоциональные причины болезней других людей, особенно тех, с кем они близки и о ком заботятся. Для них это настолько естественно, что они даже не считают это прозрением, называя подобное восприятие обычным здравым смыслом.

Моя клиентка Сара спросила о здоровье своей матери. Я просканировала тело ее матери и остановилась на области груди и легких.

«Я вижу проблемы с легкими. Недуг кажется хроническим, вероятно, с детства, – сказала я. – Возможно, у вашей матери трудности с дыханием, ее легкие наполнены слизью и воспалены. Похоже на бронхит».

Сара подтвердила мои выводы: «У мамы в детстве была астма, а сейчас года не проходит, чтобы она не болела бронхитом или пневмонией. Ее родители были строгими и эмоционально закрытыми людьми, теплые отношения в семье не поощрялись. Девочке было сказано, что она может говорить только тогда, когда ее спрашивают. Я всегда думала, могло ли это как-то повлиять на ее здоровье и особенно на появление проблем с легкими? Я предлагала ей сходить к психотерапевту, чтобы поговорить об этом. Думаю, что, если она освободится от этих гнетущих воспоминаний и боли, связанной с ними, ее здоровье улучшится».

Беспокойство Сары и ее интуитивное понимание энергии здоровья матери довольно типичны для эмоциональных интуитов. Благодаря своей врожденной способности воспринимать эмоциональную энергию других людей они часто настраиваются на эмоциональные воздействия, которые могут быть причиной развития болезни или расстройства.

Эмоциональная энергия и здоровье

Эмоции и здоровье связаны неразрывно. Восточная медицина издавна обращала внимание на это взаимодействие – во многих оздоровительных системах причину болезни или дисбаланса в физическом теле искали в эмоциональной сфере. Например, в традиционной китайской медицине проблемы с селезенкой и желудком связывают с беспокойством, болезни печени и желчного пузыря – с гневом и разочарованием, недуги легких и толстого кишечника – с печалью и горем, расстройства почек и мочевого пузыря – со страхом и потрясениями, а нарушения в сердце и тонком кишечнике – с чрезмерным возбуждением.

Однако и представители традиционной западной медицины все больше осознают роль эмоций, которые напрямую влияют на физическое состояние и благополучие человека. Такие врачи, как Эндрю Вейл, Дипак Чопра и Кристин Нортроп, помогли нам понять связь между мыслями, эмоциями, убеждениями и здоровьем. Медицинский интуитивный исследователь и дипломированный врач Норман Шили изучает эмоциональные и психологические проблемы, чтобы лучше понимать и лечить болезни.

Физическое здоровье любого человека зависит от его эмоций. Что же касается интуитов, то они более других склонны к моментальной физической реакции на эмоциональную энергию. Между тем на них оказывают воздействие не только их собственные чувства и ощущения. Эмоциональная энергия, которую они неосознанно поглощают от других людей и в окружающем мире, может значительно повлиять на их здоровье и благополучие.

Поскольку они очень чувствительны к эмоциональной энергии, то их склонность впитывать чужие вибрации может либо придавать силы, либо истощать. Положительные эмоции, такие как радость и покой, а также гармоничные взаимоотношения с другими людьми увеличивают ежедневные запасы энергии эмоциональных интуитов и, соответственно, укрепляют их физическое тело. Такие же чувства, как страх, гнев, горе, смутнение, неудовлетворенность, а также разрушающие отношения истощают физическую энергию, снижают иммунитет и приводят к болезням.

Прислушайтесь к своим эмоциям

Эмоциональные интуиты часто настраиваются на болезни прежде, чем они проявятся физически. Вам необходимо обращать внимание на едва уловимые эмоции, такие как нервозность, напряженность, беспокойство. Постоянная тревога может быть интуитивным посланием. Иногда подобное сообщение предупреждает о проблемах со здоровьем и общим благополучием. Если вы испытываете подобные ощущения и не знаете их причину, выделите время, чтобы остановиться и прислушаться к ним. Поверьте, вы об этом не пожалеете. Вот такая история произошла с Глорией.

Однажды днем, когда Глория, мать троих детей, везла дочь на тренировку по футболу, ее охватило неясное ощущение пустоты и горя. Она не увидела в этом никакого смысла. Любящий муж, прекрасная семья делали каждый ее день насыщенным и интересным. Она быстро отогнала от себя эти чувства. Однако они не пропали. Несколько дней спустя, рано утром, Глория проснулась оттого, что ее переполняли необъяснимое одиночество и сердечная пустота. И снова она отмахнулась от этих чувств и принялась собирать детей в школу. Однако это ощущение приходило снова и снова, оно становилось почти привычным. Чтобы отвлечься, Глория стала максимально себя загружать. Чтобы отогнать чувство одиночества, она старалась как можно больше общаться с людьми. Она стала председателем родительского комитета в школе и преподавателем в воскресной церковной школе. Но тревога не уходила. Ощущение пустоты в груди становилось все тяжелее и все время изнуряло ее. И однажды днем, когда Глория ехала за

детьми в школу, ее пронзило внезапное осознание, что что-то не так. Она поняла, что серьезно больна. Мурашки побежали по спине, ладони вспотели. Вернувшись домой, она тут же позвонила своему врачу. Через несколько дней ей был назначен ряд анализов и обследований, в том числе маммография. А спустя пару недель Глории сделали операцию по удалению опухоли в правой груди, за которой последовала химиотерапия.

Глория выполняла все, что рекомендовали врачи. Тем не менее она знала, что для выздоровления нужно сделать что-то большее. Она понимала, что должна преодолеть это ощущение пустоты и горя, которое, как она интуитивно чувствовала, было причиной ее болезни.

Все это произошло до того момента, как я познакомилась с Глорией. Она пришла ко мне на прием, чтобы понять связь между ее здоровьем и непонятными эмоциями, предшествовавшими болезни. Когда я начала работать, то внезапно ощутила присутствие матери Глории, которая ушла в мир иной, когда та была подростком. Как только я начала передавать Глории послания матери, она заплакала. Поток эмоций вырвался наружу. Продолжая считывание, я выяснила, что мать Глории погибла в автокатастрофе, когда девочке исполнилось пятнадцать. Ей было тогда столько же лет, сколько сейчас одной из ее дочерей. Этот факт поднимал из глубины ее подсознания горечь утраты, которую она испытала много лет назад. Тогда Глория, старшая дочь, сознательно отвергла это чувство, чтобы продолжать заботиться о двух младших братьях. Теперь, несмотря на всю полноту ее жизни и любящую семью, эти эмоции давали о себе знать. Ей было необходимо исцелиться. Тогда, в юности, Глории удалось частично отпустить свое состояние, связанное со смертью матери. Однако она понимала, что ей необходимо сделать большее. Много лет она заботилась о других людях, опекала их, ничего не требуя взамен. Бездна пустоты, одиночества и печали, зиявшая в ее груди, должна была чем-то заполниться. Она интуитивно понимала, что ей нужно время для самоосознания. Как бы ни было трудно сконцентрироваться на собственных нуждах, это было необходимо для исцеления. Глория стала предпринимать попытки проявить по отношению к себе то же сострадание, внимание и заботу, которую дарила другим. Выделяя время для ежедневных медитаций и молитв, она открылась божественной любви и состраданию. Также она приходила на сеансы, чтобы интуитивно почувствовать присутствие матери, любящей ее и духовно заботящейся о ней. Глория окончательно излечилась от рака, и теперь вместо постоянной тяжести в груди она чувствует глубокое, теплое и неизменное присутствие любви.

Исцеляющее сердце эмоционального интуита

Для развития медицинской интуиции необходимо, чтобы эмоциональная интуиция обращалась к силе и интеллекту энергии. Правильно используемая эмоциональная энергия это динамический инструмент, с помощью которого можно обнаружить болезнь, понять ее причину и найти пути лечения. Чтобы развить эту способность, эмоциональный интуит сначала должен научиться осознавать эмоциональную энергию, а затем легко отстраняться от нее.

Переживая самые разные эмоции, интуит не может позволить своим чувствам руководить им или чрезмерно на него влиять. Чтобы бурная энергия эмоций не сбивала с толку, эмоциональному интуиту следует развивать способность настраиваться на внутреннее святилище – его сердце. Именно там пребывает мудрый и любящий интуитивный голос духа. Никакая суета повседневных переживаний не может повлиять на мир и гармонию, скрытые в сердечном центре. У эмоциональных интуитов врожденная связь с сердцем – именно здесь обитает их истинная интуитивная сила. Испытывая хаотичные и интенсивные эмоции, помните, что вы всегда можете сфокусироваться на своем внутреннем осознании. Переживайте самые разные чувства, но не будьте их рабами. Когда же вы соединяетесь со своим тихим, любящим интуитивным «Я», эмоции превращаются в его инструмент. И тогда вы можете направлять эту силу любви и сострадания на исцеление себя и других.

Когда эмоциональные интуиты узнают, как применять силу эмоциональной энергии и сердечного центра, они становятся чувствительными и одаренными медицинскими интуитами. Обладая тонкой интуитивной восприимчивостью по отношению к эмоциям, они могут выявлять токсичные и скрытые душевные раны других людей. Интуиты с рождения знают силу негативных эмоций и понимают, как они влияют на здоровье. Своим горячим желанием помогать и исцелять они поощряют других людей разряжать и отпускать нездоровые эмоции, а вместо них впускать лучи любви и сострадания.

Эмоциональные методы исцеления

Чтобы обладать хорошим здоровьем и уметь лечить болезни, эмоциональные интуиты, как правило, применяют эмоциональные методы исцеления. Поскольку они впитывают переживания других людей или эмоциональную энергию негативных событий, для них крайне важно периодически практиковать те или иные техники отпускания эмоций. Эмоциональная энергия впитывается из внешних источников, потому не всегда просто осознать степень эмоциональной интоксикации. Между тем неконтролируемая, подавленная, скрытая и неосознанная накопленная энергия обладает большой силой.

Описанные далее техники помогут вам высвободить эмоциональный негатив и токсины. Большинство эмоциональных интуитов применяют подобные практики исцеления, а также помогают другим людям, используя эти же методы.

Эмоциональные интуиты восстанавливаются в ходе терапевтических бесед, когда применяются техники, нацеленные на обнаружение прошлых и настоящих эмоциональных ран, с тем чтобы сначала сконцентрироваться на них, а потом отпустить. Мощным трансформирующим методом исцеления для эмоционального интуита является медитация, когда все внимание сосредоточено на сердце, которое открывается навстречу божественной любви, помогающей простить себя и других. Эмоциональные интуиты умеют устанавливать особую связь с миром ангелов. Этот контакт посредством медитации и визуализации или работа с интуитивным практиком, который общается с ангелами, будет полезен для эмоционального здоровья интуита.

Экспрессивная музыка, танец и арт-терапия способствуют высвобождению эмоционального негатива, и здесь слова не нужны. Это особенно полезно при работе с негативной эмоциональной энергией, полученной от других людей. Техника эмоциональной свободы (ТЭС⁴) – это метод терапии, который помогает быстро высвободить из физического тела нездоровую эмоциональную энергию и преобразовать ее. ТЭС – это интуитивная система касаний и нажатий на определенные меридианные точки, позволяющая снимать энергетические блоки. Похожего эффекта достигает терапия эмоциональных полярностей, которая способствует выявлению и высвобождению токсичных эмоций, а также помогает вернуть энергетический баланс и гармонию.

* * *

Эмоциональным интуитам нравится помогать другим людям, поддерживать их. В качестве медицинских интуитов они проявляют особую деликатность, позволяющую легче настроиться на исцеление тела, разума и духа.

⁴ *Emotional freedom technique (EFT) (англ.)* – техника эмоциональной свободы (ТЭС).

В отличие от эмоциональных, ментальные интуиты воспринимают мысли и энергию разума. В следующей главе вы узнаете, как их природная способность помогает им в роли медицинских интуитов.

Глава 5

Знающий: ментальная интуиция

Ментальные интуиты воспринимают энергетическую информацию через мысли. Для них нет ничего необычного в том, чтобы интуитивно узнавать принципы и основы любой сферы, пусть даже совсем им незнакомой. Их мгновенное интуитивное прозрение чаще всего оказывается верным. Ментальные интуиты настроены на энергию разума и бессознательное коллективное сознание. Всеобъемлющее интуитивное мышление побуждает их исследовать разные структуры и системы. Обладая способностью видеть общую картину, ментальные интуиты стремятся к целостному и в то же время доскональному изучению выбранных ими областей интересов.

В качестве медицинских интуитов ментальные интуиты, как правило, склонны исследовать сложные заболевания – их восприятию доступны взаимосвязи и взаимодействия практически всех систем организма. Часто они получают информацию о здоровье в виде мгновенного внутреннего озарения или через интуитивное слышание. Они могут стать замечательными медицинскими интуитивными детективами, расшифровывающими и раскрывающими причины болезней и расстройств. Когда же дело касается их собственного здоровья, ментальные интуиты часто получают предупреждения о проблемах через простое повторяющееся ощущение знания или через настойчивые послания внутреннего голоса.

Знание, заявляющее о себе

Кларк – не типичный клиент. В начале шестидесятых он, инженер-консультант, почти отошел от дел. По натуре он был скептиком, мало верившим в то, что я смогу ему помочь. Когда он вошел в мой кабинет, то заявил, что его направил ко мне друг его жены. Он сказал, что хочет, чтобы я рассказала ему о его здоровье все, что смогу. Его манера поведения и жесты говорили о том, что он не возлагает больших надежд на мою помощь. Я начала сканировать его тело и меня притянула область живота. Я видела красные вспухшие ткани и рубцы.

«Я вижу маленький шрам на животе, – сказала я Кларку. – Ткань все еще опухшая. У вас был аппендицит?»

«Пару месяцев назад мне сделали операцию из-за разрыва аппендикса, – ответил он, все больше удивляясь. – Что еще вы видите?»

Я продолжила сканировать его тело, в основном оно выглядело неплохо.

«Меня все же тянет к тому месту, где была сделана операция. Вы кажетесь вполне здоровым. Но я несколько обеспокоена тем, что у вас, возможно, инфекция в зоне хирургического вмешательства».

Кларк подтвердил мои предположения: «Я принимаю антибиотики. Я консультировался с несколькими врачами. Что-то не так. Я это точно знаю. Вы можете посмотреть внимательнее и рассказать, что обнаружите?»

Я снова сфокусировалась на брюшной полости Кларка и стала передавать ему то, что удавалось считывать: «Я ощущаю плотную ткань, мне кажется, инфекция именно там. Эта ткань кажется инертной и лишенной жизненной силы. Чем больше я смотрю на это, тем больше мне кажется, что это марля или что-то подобное». Я нерешительно сказала: «Думаю, во время операции из брюшной полости не удалили посторонний предмет».

«Ага!» – Кларк громко повторял это восклицание. «Я так и знал. Как только я проснулся после операции, то понял, что что-то не так. Не знаю, почему, но я это понимал, эта мысль меня не оставляла. Иногда я слышу внутренний голос, говорящий мне, что нужно решать этот вопрос. Это не дает мне покоя. Я постоянно чувствую боль в этой области. Даже после приема антибиотиков она не проходит. Я знаю, что что-то осталось внутри меня после операции. И я не успокоюсь, пока не решу проблему».

Кларк ушел в полной уверенности в правильности моего диагноза.

Мысли о здоровье других

Помимо восприятия состояния собственного здоровья, ментальные интуиты считывают информацию и о здоровье других людей посредством своего прозорливого интуитивного мыслительного процесса, неотступного ощущения знания, а также через внутреннее слышание. Чаще всего это касается людей, с которыми ментальный интуит тесно общается, но его талант не хуже проявляет себя и с незнакомыми людьми.

Однажды утром, когда Сьюзи ехала в поезде на работу, она получила SMS-сообщение от коллеги. Джен заболела и сегодня не придет. Эта новость вызвала у Сьюзи приступ паники. Она осознала, что ей придется проводить презентацию самостоятельно, мысли ее стали метаться, она в ужасе прокручивала в уме цели и задачи встречи, вопросы, которые ей будут задавать. И пока она пыталась вспомнить все важные моменты, ее разум вдруг на мгновение замер. Она посмотрела в окно, чтобы хоть как-то отвлечься, и сразу поняла, что случилось с Джен. И она тут же отправила ей сообщение.

«Ты отравилась?» – спросила она.

«Возможно. Хотя я думаю, что это вирус. Курица, которую я вчера вечером ела в гриль-баре у Келли, показалась мне немного странной. Но откуда ты, черт возьми, это знаешь?» – ответила Джен.

«Понятия не имею. Просто пришло в голову. Поправляйся. Я справлюсь», – написала Сьюзи.

Часто именно благодаря таким случайным мыслям и озарениям ментальный интуит и получает энергетическую информацию о здоровье.

Поглощение негативных мыслей

Негативные мысли, критические суждения о себе и других, ограниченное мышление и пессимистические убеждения влияют на наше здоровье и благополучие. Самая мощная энергия во Вселенной – это любовь. Она питает творческое развитие, совершенствование и личностный рост. Когда наши мысли позитивны и мы движемся в их потоке, то разум, тело и дух укрепляются – мы в порядке. В противном случае поток живительной энергии блокируется, в результате наше здоровье страдает.

Подобное притягивает подобное. Этот универсальный закон применим и к энергии. Когда мы генерируем позитив, то интуитивно привлекаем к себе еще больше положительной энергии.

Если мы сконцентрированы на негативе, то интуитивно привлекаем больше неблагоприятной энергии. Она скапливается в некие мыслетформы, похожие на облака. Когда мы неосознанно подключаемся к таким коллективным энергетическим «накопителям», то начинаем воспринимать все, с чем имеем дело, исключительно с негативной с точки зрения. В отличие от так называемых розовых очков, в этом случае мир вокруг нас кажется серым и унылым. Чары этого заклятья сложно разрушить. Нам приходится принимать антидепрессанты, лекарства для повышения тонуса. Мы становимся зависимыми от медикаментов.

Ментальные интуиты живут в постоянном контакте с мыслительной энергией, как положительной, так и отрицательной. Из-за их врожденной склонности неосознанно интуитивно воспринимать энергию других людей и коллективные мысли они особенно подвержены воздействию негатива.

Депрессия по наследству

Пэтти пришла на сеанс медицинской интуиции. В прошлом учительница, она любила узнавать что-то новое и в настоящее время посещала несколько курсов в центре Дьюка. Как многие ментальные интуиты, она стремилась к знаниям и интересной информации.

Когда я интуитивно настроилась на Пэтти, то ощутила полное отсутствие энергии.

«Я чувствую, что вы хронически истощены, – сказала я. – Ваша эмоциональная энергия полностью исчерпана. Я чувствую, что вы страдаете депрессией, мне кажется, что вы часто ощущаете покалывание и дрожь в руках и ногах. Вы наверняка теряете в весе?»

«Да, но я не против похудения, – ответила она. – Но вот причину постоянной усталости и депрессии я не понимаю. Я никогда не была подавленной, у меня всегда было много энергии. Я не знаю, что со мной».

Я снова настроилась на Пэтти, и передо мной появился образ женщины.

«Не знаю, почему, но мне кажется важным, что я вижу женщину – я чувствую, что это ваша мать. У меня складывается впечатление, что она всю жизнь много и тяжело работала. Похоже, она умерла примерно в том же возрасте, в каком вы находитесь сейчас. Это так?»

«Да, это правда. Мне сейчас столько же лет. Она растила меня одна и всегда работала. Мама умерла вскоре после выхода на пенсию, так и не успев расслабиться и получить удовольствие от жизни. Моя бабушка, ее мать, умерла примерно в том же возрасте. Мы много работаем, а потом умираем. Думаете, я тоже скоро уйду? Полагаю, часть меня верит, что это судьба. Моя жизнь во многом похожа на жизнь матери. С тех пор как я перестала преподавать, я стала немного одержима этой мыслью».

Пока Пэтти говорила, я увидела серую тень. И поняла, что ее вера в то, что она скоро умрет, вытягивает из нее жизненную силу.

«Вы можете представить для себя другое будущее? – спросила я. – Ваша жизнь не заканчивается. Вам еще предстоит многое сделать и испытать. Но чтобы у вас была энергия идти дальше, вы должны верить, что это возможно. Вы – не ваша мать и не ваша бабушка. Они обе страдали депрессией и умерли примерно в вашем возрасте. И вы своими мыслями формируете для себя такой же сценарий, вбирая их депрессивную энергию. Это не ваша судьба. Но здесь многое зависит от вашего желания».

Пэтти задумалась, потом сказала: «Спасибо, у меня было ощущение, что у меня как будто забирают вес. Я обещаю обращать внимание на свои мысли и думать более позитивно».

Когда она подходила к двери, я остановила ее: «Пэтти, принимайте витамины группы В, особенно В12. Это вам необходимо».

«Так странно, что вы мне это говорите. Меня постоянно посещает мысль, что нужно принимать именно В12, – сказала она. – Я не знаю, откуда приходит эта мысль. Но теперь я уверена, что моя интуиция на правильном пути».

Развитие интуиции исцеления

Чтобы развить медицинское интуитивное мастерство, ментальный интуит должен уметь отличать болтовню эгоистичного ума от мудрого внутреннего голоса интуиции. Из-за своей склонности быть магнитом случайной мыслительной энергии ментальный интуит может проигнорировать или не заметить важные сообщения. Многие идеи о здоровье, которые посещают

нас, могут быть едва различимы, поэтому их значимость часто недооценивается. Они несут посыл, наставляющий на определенные действия, например, употреблять в пищу здоровые продукты, регулярно заниматься спортом, простить других, отпустить давнюю боль и гнев, позитивно мыслить или пройти медицинское обследование. К сожалению, мы часто игнорируем столь важные, но деликатные послания. Мы ленимся, когда понимаем, что придется что-то менять, понимая, что подобные послы потребуют от нас дисциплины.

Развитие медицинской интуиции подразумевает открытость ума, сердца и духа. Мы должны быть готовы воспринять информацию, которую, возможно, и не хотим знать. Интуиция говорит только правду. Эгоистичные же мысли часто сообщают нам только то, что мы хотим услышать, или, наоборот, пугают страхами и сомнениями. Интуитивные послания не всегда приятны. Обычно они проявляются как настойчивое и спокойное внутреннее знание или мысль, приходящая на ум снова и снова. Будьте особенно внимательны к любым «преследующим» вас сообщениям, особенно когда ведете автомобиль, стрижете газон, занимаетесь спортом, просыпаетесь ранним утром или засыпаете ночью.

Ментальный интуит постоянно ощущает поток мыслительной энергии, поэтому ему очень полезна регулярная медитация. Она дает возможность отличить голос интуиции от болтовни ума. Расположиться в спокойном месте, закрыв глаза и слушая себя, – простая и благоприятная практика. В такие моменты лучше всего слышен тихий и спокойный голос интуиции.

Заветное желание ментального интуита – соединиться с мудростью и истиной. Его интуитивные способности развиваются не только от осознания интуитивного поглощения мысленной энергии других людей, но и умения настроиться на божественный разум. Благодаря своей врожденной способности постигать высокие вибрации универсальной истины ментальным интуитам дано понять всю силу сознания.

Сила разума

Вы встретите ментальных интуитов во многих медицинских и терапевтических заведениях. Желая открывать новые и новые возможности в области здоровья человека, они часто занимаются исследовательской деятельностью. Многие ученые и разработчики инновационных медицинских устройств и систем в своей работе руководствуются именно интуицией. Ментальные интуиты склонны с головой уходить в свое призвание. Они не могут оставаться в стороне, когда знают о проблеме и готовы предложить пути ее решения.

Ментальные интуиты знают, как использовать силы разума в лечебных целях. Это знание, приносящее благоденствие и изобилие, относят к очень давним временам. В большинстве древних целительских практик, таких как традиционная китайская и аюрведическая медицина или целительские традиции коренных народов Америки, делается акцент на связь ума и тела. Убеждение, что при лечении расстройства или заболевания нужно концентрироваться исключительно на физическом теле, сформировалось в современном западном мире. Однако, несмотря на стремление разъединить физическое тело и нефизические влияния, на Западе было много новаторов, которые понимали важность этой связи. Одним из таких первопроходцев был Эрнест Холмс. В 1927 году он основал философско-метафизическое движение «Наука разума». Основная концепция этой системы – понимание Бога как бесконечного разума. Холмс считал, что каждый человек имеет доступ к божественному разуму, от которого исходит физическое, ментальное, эмоциональное и духовное исцеление. Церкви «Наука разума», «Новая мысль» и «Религиозная наука», а также аналогичные духовные и метафизические практики не случайно привлекают многих ментальных интуитов, ведь при лечении болезней они способны интуитивно использовать имеющуюся внутри каждого человека силу, чтобы получить доступ к божественному разуму.

Наши мысли могущественны. Эдгар Кейси, наверное, самый эффективный и успешный интуит-целитель, часто говорил о силе ума. Его фундаментальные учения призывают нас к пониманию того, что правильно настроенный разум может исцелять и творить чудеса, если же мы используем его абы как, то сами создаем внутренний хаос и страдания. Ментальные интуиты всегда используют свою врожденную связь с божественным разумом, которая помогает решать проблемы со своим здоровьем и здоровьем других людей, поддерживать благополучие во всех областях жизни.

Ментальные интуиты задействуют энергию разума, практикуя наиболее эффективные оздоровительные методы. Один из самых известных и широко практикуемых – это гипноз. Толковый словарь Мерриам – Уэбстера определяет гипноз как вызванное искусственно состояние, в котором люди очень восприимчивы к внушению и могут неосознанно отвечать на вопросы.

Гипнотерапия – использование гипноза в терапевтических целях. Гипнотерапевт может воздействовать на бессознательное человека, обнаруживая «застойные» или забытые эмоции, которые оказывают влияние на его здоровье и благополучие. Внутренний разум хранит точную запись всего, что мы когда-либо думали, испытывали, чувствовали, говорили и делали. Это дверь, которая открывает дорогу к универсальной мудрости и целительной силе. С помощью гипноза можно обнаружить негативную информацию, высвободить ее и заменить исцеляющими установками. При этом сознательное «Я» не сопротивляется и не вмешивается в процесс, позитивные же утверждения легко принимаются разумом – он начинает действовать в полном согласии с новыми задачами. Также с помощью гипнотерапии можно получить доступ к коллективному сознанию и божественному разуму. В этом состоянии многие люди получали важную информацию о своем здоровье, невидимой божественной помощи и исцелении.

В настоящее время существует множество практик и методов лечения, основанных на использовании силы разума, для улучшения здоровья и создания жизненного комфорта. К ним относится нейролингвистическое программирование, или НЛП. Эта техника, созданная в 1970-х годах Ричардом Бендлером и Джоном Гриндером в Калифорнии, представляет собой систему перепрограммирования моделей мышления с помощью языка и невербальных сигналов. Сегодня оно достаточно широко используется в психотерапии. В частности, специалисты НЛП добились успехов в решении таких ментальных проблем, как фобии или неспособность к обучению.

Аффирмации – еще один инструмент, исцеляющий разум, применяемый многими ментальными интуитами. Аффирмации – это позитивные утверждения, предназначенные для работы с определенными бессознательными негативными или вредными убеждениями. Они заменяют ограниченные модели мышления более высокочастотными. Ведь когда вы сознательно и постоянно подпитываете свой разум позитивом, он в итоге проявляется. Негативные же модели мышления и убеждения сравнимы с хроническими болезнями, болью и расстройствами. Для ментальных интуитов, поглощающих большие объемы ментальной энергетической информации, аффирмации особенно важны – они способствуют тому, что позитивные установки поступают в сознание.

Аффирмация для ментальных медицинских интуитов может быть такой:

Мой разум прекрасно воспринимает все, что мне нужно знать для исцеления себя и других.

* * *

Ментальным интуитам, которых вдохновляет сложная взаимосвязь разума, тела и духа, обычно нравится развивать медицинскую интуицию. В то же время одаренных от природы способностью настраиваться непосредственно на тело физических интуитов в большей степени

впечатляет высокая чувствительность при контактах с другими людьми. О физических интуитах мы поговорим в следующей главе.

Глава 6

Ощущающий: физическая интуиция

Физические интуиты обладают врожденной связью с материальным миром. Благодаря своему уникальному интуитивному отношению к природе и всему живому они воспринимают дух во всех его формах. Для физических интуитов материальное – это больше, чем просто биология, это храм духа. Интуиция этих практичных и твердо стоящих на земле людей проста и прямолинейна, она проявляется как некое внутреннее чутье или сенсорный стимулятор. У них восприимчивые руки, они любят касаться, обнимать тех, кого любят.

Обычно физический интуит неосознанно поглощает энергетическую информацию своим телом. Он может, ничего не подозревая, впитать в себя болезни, боль и страдания других людей, ощущая их как собственные. В качестве медицинского интуита он обладает способностью определять заболевания, нарушения и проблемы, наблюдая за физическим телом и обнаруживая признаки, которые другим не доступны. Благодаря своим тонким физическим и сенсорным ощущениям он способен интуитивно настроиться на проблемы, которые открыто еще себя не проявили. Поскольку его тело уникальным образом устроено так, чтобы получать и поглощать энергетическую информацию, даже слабые физические ощущения могут предоставить ему массу интуитивной информации.

Вот что произошло с Люси, которая, к счастью, прислушалась к своим телесным ощущениям. Когда она пришла на мой сеанс, ее переполнял энтузиазм. Хотя у нее никогда не было опыта интуитивного считывания, она сказала, что полностью доверяет тому, о чем говорит интуиция.

«Несколько лет назад я бы подумала, что все это ерунда, – сообщила она. – Я никогда не уделяла много внимания интуитивным и психическим способностям. Но позже я пережила опыт, о котором хотела бы рассказать».

Я ответила, что с удовольствием выслушаю ее.

«У меня возникла несильная боль в области ниже пупка. Это была даже не боль, скорее, дискомфорт, но я стала ощущать его постоянно. Меня это беспокоило, и я пошла к своему гинекологу, которая провела полное обследование. Все было хорошо. Я решила обратиться к терапевту, и он направил меня на анализы. Результат был тот же. Все было прекрасно. Я должна бы была почувствовать облегчение. Но, как ни странно, этого не происходило. Я все еще ощущала, что что-то не так. Да и дискомфорт не проходил. Я подождала несколько месяцев и опять пошла к врачу. Наверное, он решил, что у меня фобии, потому что после очередной серии анализов не обнаружил никаких проблем. Через месяц или чуть позже я опять отправилась в больницу. На этот раз я обратилась к другому доктору. Он направил меня на те же анализы, но на этот раз у меня обнаружили небольшую опухоль в матке. Несколько недель спустя мне сделали операцию. Поскольку опухоль была обнаружена на ранней стадии, мне удалось избежать рака. Но я хочу понять, как еще до того, как проблема проявилась, я о ней узнала?»

Интуитивное восприятие с помощью ощущений

Физические интуиты чаще других интуитивных типов игнорируют свои способности. Они стремятся жить в мире пяти чувств. То, что они не могут увидеть, потрогать, попробовать, понюхать и услышать, для них не существует – это недостаточно осязаемо, а значит, не заслуживает доверия. Это тип людей, живущих по принципу «что видите, то и получаете».

Тем не менее интуитивный потенциал физического интуита столь же велик и глубок, как и у других типов.

Хотя наши пять чувств передают информацию преимущественно о физическом и материальном мире, физические интуиты способны воспринимать невидимую энергетическую информацию через осязание, зрение, слух, а иногда даже через обоняние. Их физические ощущения восприимчивы и чувствительны по отношению к интуитивной энергетической информации. То, что они слышат, пробуют, обоняют, видят и осязают, переносит их за пределы физического мира в чистоту сущего. Это происходит естественным образом. Например, физические интуиты могут посмотреть на кого-нибудь и почувствовать, как человек себя чувствует, или подержать кого-то за руку и понять, что человек скоро заболеет.

Мария – мать троих детей. Как и многие родители, она могла легко определять состояние их здоровья – еще задолго до того, как поднимется температура или возникнет недомогание, она могла понять, что ребенок болеет или ему грозит вирус. Со временем она начала спонтанно считывать других людей, просто взглянув на них.

Как-то в одну из суббот лучшая подруга ее старшей дочери, Энни, заигравшись, провела весь день в доме Марии. Когда Артур, отец девочки, пришел за ней, Мария, поприветствовав его, сразу увидела что-то неладное.

«У вас удалены миндалины?» – неожиданно спросила она.

Удивленный таким вопросом, он мгновение колебался, а затем сказал: «Нет, но почему вы спрашиваете?»

Мария, которую сама поразил собственный вопрос, лишь рассмеялась и сказала: «Ой, я просто шучу. Я безвылазно провела всю неделю с детьми дома».

Отец и дочь вскоре ушли.

Несколько недель спустя Марии позвонила жена Артура. «Я хотела узнать, можно ли Энни поиграть у вас в эту субботу?» – спросила она. – «В пятницу Артуру будут удалять миндалины».

«Конечно, – ответила Мария. – Энни может провести у нас и все выходные».

«Спасибо, я у тебя в долгу. Кстати, Артур сказал мне, что несколько недель назад ты спрашивала его о миндалинах. Как ты узнала, что у него проблемы? Все случилось так внезапно. Еще неделю назад мы и подумать не могли, придется идти на операцию...»

«Он просто казался мне немного бледным, а его голос – напряженным, – пыталась объяснить Мария. – Такие же проявления были у моего сына Джеффри, перед тем как ему удалили миндалины. Артур выглядел так же».

«Это несколько необычно. Тебе не кажется?» – спросила жена Артура.

«Не особо, – ответила Мария. – Со мной постоянно происходит нечто похожее. Я могу взглянуть на человека и увидеть состояние его здоровья. Эти ощущения возникают в моем теле... Передавай Артуру мои наилучшие пожелания».

Разговор с телом

Для физического интуита ключ к развитию медицинской интуиции лежит в осознании своей врожденной интуитивной способности воспринимать нефизическую энергию. Эмоциональные, ментальные и духовные интуиты не испытывают затруднений, воспринимая энергию и осознавая проявления сущего. Для физических же интуитов идея общения с энергией слишком абстрактна и расплывчата. Однако, как только они осознают, что их природная склонность различать и настраиваться на физическое тело посредством своих ощущений является проявлением интуитивных и психических способностей, они начинают воспринимать информацию о здоровье даже с большей легкостью, чем другие типы.

Для физических интуитов одним из наиболее эффективных способов обнаружить свою врожденную восприимчивость к поглощению энергии других людей является практика, называемая «Разговор с телом». Она может оказаться полезной и для других интуитивных типов.

Попытайтесь сделать следующее. Определите ту область в своем теле, где чувствуете боль, напряжение или скованность, сфокусируйтесь на ней. Определив нужную зону и настроившись на нее, представьте, что энергия, с которой вы сейчас контактируете, имеет определенный цвет. Начните общаться с этим цветом. Вы можете спросить энергию, ваша ли она, или вы впитали ее из внешнего источника. Дождитесь ответа. В большинстве случаев вы легко его получите. Если энергия поглощена вашим телом от другого человека, проявите твердое намерение освободиться от нее. Если же она ваша, продолжайте разговаривать с ней, чтобы выяснить, что она собой представляет и как ее исцелить.

Разговор с телом – это навык, сходный с тем, который вы будете использовать в процессе медицинского интуитивного сканирования тела. Это умение ценно для всех типов интуитов, но особенно – для физического, ведь ему необходимо научиться осознавать впитанную им энергетическую информацию.

Как целители впитывают энергию

Физические интуиты-целители, практикующие методы работы руками, такие как хиропрактика или массаж, особенно склонны поглощать чужую энергетическую информацию.

Мэрайя – известный иглотерапевт и учитель йоги. Она пришла ко мне на сеанс расстроенной и растерянной.

«Я постоянно чувствую усталость. В течение многих лет я изучала правильное питание и китайскую медицину. Я знаю, что нужно делать, чтобы быть здоровой. Но я не могу понять, что со мной происходит. Иногда я просто хочу сесть и ничего не делать. Я отменяю встречи, потому что чувствую себя слишком вымотанной, чтобы работать», – рассказала она.

Когда я просмотрела физическую и тонкую энергию Мэрайи, то ясно почувствовала энергетическую тяжесть, о которой она говорила. В ее теле были обширные зоны с застойной энергией. Энергетическое поле было тусклым и плотным. Жизненная сила должна постоянно светиться и двигаться. У Мэрайи все было иначе. Я интуитивно поняла, что она поглощает энергию окружающих. Если мы впитали чужую энергию своей системой, мы не можем исцелять других людей. Эта энергия не просто «утяжеляет» нас, она может стать причиной физических, ментальных, эмоциональных и духовных проблем.

«Мэрайя, расскажите, как вы работаете со своими клиентами. Используете ли вы интуицию, чтобы лучше понять их физические недуги?» – спросила я ее.

«Да, я все время слушаю интуицию. Прежде чем ставить иглы, я сканирую тело клиента. Затем настраиваюсь на свое. Узнав, где находятся энергетические блоки человека, я начинаю чувствовать их у себя», – объяснила Мэрайя.

«Вы – физический интуит, – сказала я. – Когда вы настраиваетесь на свое тело, чтобы обнаружить блоки пациентов, то поглощаете их энергию. Проблема в том, что, хотя вы снимаете блокировки своих клиентов с помощью акупунктуры, их энергетические блоки все еще остаются внутри вас. Это истощает и утомляет вас. Есть другой способ читать тело, не поглощая энергию клиента. Позвольте мне объяснить его вам».

Учитесь доверять энергии

Чтобы развить медицинскую интуицию, физические интуиты должны уметь осознавать сущее, мудрость энергии и довериться им. Поскольку они воспринимают интуицию телом, то, стремясь открыть дверь невидимому, они часто зависят от всего физического. Когда они каса-

ются другого человека, то могут ощущать слабый гул внутренней вибрации. Держа в руках предмет, опытный физический интуит может почувствовать легкое движение энергии, которую он излучает. Стоя посреди леса, прогуливаясь по побережью или просто глядя на сад через окно, они могут естественным образом настроиться на вибрационную частоту наблюдаемого и слиться с ней.

Их задача – развить способности воспринимать энергию вне физического тела. Хотя использование медицинской интуиции предполагает настройку именно на него, присутствие самого физического тела рядом с вами вовсе необязательно. Энергия, дух и интуиция существуют вне времени и пространства. И хотя тело кажется твердой массой, на самом деле – это энергия, вибрирующая на низкой и медленной частоте. Когда физический интуит осознает это, то сможет лучше настроиться на тонкие частоты за пределами физической материи. Он не будет сразу телом поглощать энергию, а станет прислушиваться к своим интуитивным ощущениям, чтобы считывать энергетическую информацию до того, как она в него войдет.

Профессии, связанные с касанием

Физические интуиты встречаются как в традиционной, так и альтернативной системах оздоровления. Благодаря умению настроиваться на физическое тело, внутренние органы и системы они являются прирожденными диагностами. Их привлекает карьера в области медицины, где есть возможность работать с материальными и физическими объектами. Ортопедия, спортивная медицина, остеопатия, хиропрактика, хирургия и стоматология – те сферы, которые особенно привлекают физических интуитов. Также им интересны массаж и физиотерапия. Имея дело с физическим здоровьем людей, эти интуиты проявляют в своей работе удивительную легкость и уверенность.

Тело физического интуита – это вибрационный передатчик энергии. Поэтому у него прекрасно получается отдавать и получать исцеляющую энергию через касания. Его часто привлекают профессии, предполагающие возможность взаимодействия с людьми именно таким образом. Многие врачи, хирурги и массажисты передают своим пациентам целебную энергию через физические прикосновения. Работа с людьми активизирует и стимулирует интуицию физических интуитов. Становясь врачами, специалистами телесных практик или физиотерапевтами, они получают дополнительный бонус в виде приобретения целительной энергии.

Тело как портал, ведущий к духу

Для физических интуитов тело является порталом, ведущим к духу. Они «оживают» и энергетически заряжаются, когда подключаются к своей внутренней мудрости. В качестве медицинских интуитов им свойственна особо тесная связь с физическим телом. Это их духовный дом. Некоторые интуитивные навыки, например ясновидение, то есть способность видеть энергетическую информацию, проявляются у них сложнее, чем у других типов. Но обостренная интуитивная восприимчивость к ощущениям компенсирует это. Они воспринимают людей полнее и глубже других типов. Их осознание особенно интуитивно пронзительно. У физических интуитов развита склонность к психометрии – способности, держа в руках предмет или рассматривая фото, получать энергетическую информацию. Физические медицинские интуиты настроиваются на состояние других людей таким же образом. Им достаточно просто подержать руку человека или посмотреть на фото, чтобы получить информацию о его здоровье. Понимание мудрости тела и активизация исцеляющего потенциала о всех живых существах – это их особая магия.

Физические интуиты – это, как правило, кинестетики, которым необходимо много двигаться, общаться с природой, что-то делать, чтобы стимулировать связь тела и духа. Вы встре-

тите физических интуитов в горных походах, сплавающих на байдарках, гуляющих в лесу. Они не только любят природу, но и способны активизировать в ней божественную целительную энергию. Они имеют особую связь с кристаллами, духами лекарственных трав и растений, сущностью цветов и эфирных масел.

Физических интуитов привлекают целительные практики коренных народов Америки и других туземных племен. Их внимание притягивают любые традиции, вызывающие к мудрости и силе природы и духам животных. Физические интуиты интересуются духовными и телесно-ориентированными практиками, такими как йога, восточные практики и боевые искусства.

У меня есть клиентка, Тэмми, чья жизнь изменилась коренным образом после того, как она начала заниматься кунг-фу. Сорокапятилетняя госслужащая, мать троих детей, она годами искала свой духовный путь. Однажды вечером, возвращаясь с работы, она увидела баннер с рекламой занятий по кунг-фу. В ту же ночь ей приснилось, что она ловко взмывает в воздух, будучи мастером боевого искусства. Пританцовывая и совершая прыжки, которые интуитивно знала, она впервые за долгое время почувствовала себя по-настоящему живой. На следующий день Тэмми записалась на курс кунг-фу для начинающих и ни разу не пожалела об этом. Хотя у нее никогда не было подобного опыта, Тэмми чувствовала себя как рыба в воде. После первого урока она стала посещать занятия один или два раза в неделю по вечерам. Вскоре Тэмми принялась за изучение духовной основы кунг-фу и поняла, что во время физической тренировки ее дух оживает. За два года она похудела на тридцать фунтов⁵ и превратилась в подтянутую спортсменку, которая четко осознает необходимость соблюдения дисциплины разума и духа.

«Я так долго искала контакт с духом, – сказала она. – Посещала семинары и читала книги об общении с ангелами и духовными наставниками, о прошлых жизнях и энергетическом исцелении. Но я никогда не чувствовала духовной связи, как во время занятий кунг-фу».

* * *

Физические интуиты в качестве медицинских интуитов отличаются врожденным стремлением и потребностью настраиваться на физическое тело. На противоположном же конце спектра находятся другие интуиты – духовные, которые с такой же жадностью настраиваются на тело, но уже тонкое, энергетическое. В следующей главе я расскажу вам об их талантах.

Глава 7

Мастер энергии: духовная интуиция

Из всех типов духовные интуиты наиболее легко воспринимают сущее. Им свойственна особая внутренняя связь с энергией и духовным миром, которая других может сбивать с толку. В отличие от физических интуитов им не нужна физическая форма для восприятия энергии. Ментальные интуиты улавливают мысли, эмоциональные – эмоции, духовная же энергетическая информация воспринимается не так явно – через энергетическое поле.

Аура, или энергетическое поле, – это тонкое светящееся, сияющее поле энергии, окружающее каждое живое существо. Духовные интуиты хорошо чувствуют его высшие вибрации. Некоторые из них способны воспринимать его посредством ясновидения – в виде слабого свечения световой энергии, окутывающей людей, растения и животных. Более опытные духовные интуиты могут настраиваться на энергетическое поле и считывать важную энергетическую информацию.

Духовные интуиты подходят к медицинской интуиции несколько иначе, чем другие типы. Физические, ментальные и эмоциональные с рождения настроены на физическое тело, они

⁵ 1 фунт = 0,454 кг.

знают, как эмоции, мысли, рацион питания, физические упражнения и образ жизни влияют на здоровье. Духовные же интуиты воспринимают физическое тело как носитель духа. Они, как правило, предпочитают фокусироваться на энергии, благодаря чему интуитивно воспринимают влияния, которые не улавливают другие типы. Их в первую очередь привлекают абстрактные факторы, такие как прошлые жизни, энергетические привязки и жизненные цели. Другим типам интуитов эти аспекты могут казаться неясными и не столь важными.

Предупреждение во сне

У духовных интуитов обычно насыщенная сновидческая жизнь. Во сне они могут посещать потусторонние миры, общаться с духовными существами и ангелами. У них также бывают интуитивные сновидения, в которых они воспринимают прозрения о настоящем, прошлом и будущем, информацию о членах своей семьи и друзьях. Предупреждения о состоянии здоровья или болезни, полученные во сне, – не редкость для духовного интуита. Иногда они могут видеть сновидения о состоянии другого человека и получать конкретные указания о лечении.

Татьяна, студентка колледжа, пришла ко мне, чтобы я помогла ей понять удивительный сон, который, по ее мнению, мог служить предостережением, касающимся здоровья. Она вошла в мой кабинет, села на диван и сразу же начала рассказывать.

«Однажды ночью мне было трудно заснуть, – сказала она. – Обычно у меня с этим нет проблем. Я пролежала без сна, казалось, целую вечность. Наконец задремала. То, что я видела во сне, пугало меня: я была в лесу, рядом с рекой, и, несмотря на солнечный день, на душе было какое-то зловещее ощущение. Это был мой первый сон».

Татьяна как будто очень торопилась поведать мне свою историю. «Самое странное, что в выходные я собиралась покататься на байдарках с друзьями. Когда я добралась до реки, то начала нервничать – все очень напоминало мой сон. Однако все прошло замечательно, никаких происшествий или проблем. А через несколько дней мне приснился еще один сон. В нем я видела себя со спины в зеркале. У меня было чувство, что нельзя медлить, но я не знала, почему. Все следующее утро я думала об этом и невольно обернулась посмотреть на себя в зеркале. К моему удивлению, я увидела большую красную отметину, но не могла понять, что это. Я попросила свою соседку осмотреть меня, и она обнаружила огромного клеща посередине моей спины. Я пошла к медсестре в колледже, и она прописала мне антибиотики. Я все еще пытаюсь понять, мой сон предупреждал меня об укусе клеща?»

Сон Татьяны был тревожным сигналом о состоянии ее здоровья. Через образы сновидения и ощущения, которые она испытала, ей нужно было осознать тот факт, что необходимо обратить на себя особое внимание. Надо понимать, что послания, содержащиеся в снах, не всегда очевидны. Часто с нами говорят через символы, метафоры и некие знаки. Если вы не до конца понимаете значение сна, обратите внимание на чувства, которые испытывали ночью, или на ваши ощущения после пробуждения. Попросите о другом сне или интуитивном послании, которое помогло бы вам понять, что вам пытаются сообщить.

Восприятие энергии

Духовные интуиты часто получают энергетическую информацию посредством внутреннего или внешнего интуитивного зрения. Эта способность может проявляться через появление образов и видений во сне. Поскольку духовные интуиты чувствительны к энергетическому полю, или ауре, они способны воспринимать присутствие других аур. Причем некоторым из них внезапное появление видений, сияющего света или цветных потоков, окружающих другого человека, может показаться чем-то странным и пугающим. Иногда они могут увидеть, например, мерцающее свечение, исходящее от любимого домашнего питомца, или мягкий фиоле-

товый цвет, окружающий дерево или цветы. Подобный феномен может внезапно проявиться в процессе чтения книги об интуиции или паранормальных явлениях. Также это может случиться во время стресса, переживания особой радости или в моменты горя. Однако у внезапно открывшейся способности видеть энергию, образы и видения может и не быть никакой очевидной причины или повода.

Этот случай произошел с Эриком. Его способность воспринимать энергию проявилась однажды на работе. В течение многих лет он был лаборантом в кабинете МРТ обычной больницы. Ему нравилось помогать людям, так случилось, что пациенты, с которыми он работал один на один, часто рассказывали ему о своих переживаниях, связанных со здоровьем. Эрик связался со мной в надежде понять, что с ним произошло, – сам он расценил случившееся как некое внезапное проявление психических способностей. Но что с этим делать дальше, он не знал.

Я считывала Эрика по телефону. Перед началом сеанса он сказал мне: «За годы своей работы я сталкивался со многими необычными случаями. Но однажды, читая карту Джо, моего пациента, который должен был прийти с минуты на минуту, я поднял голову и взглянул на дверь как раз тогда, когда он входил. К моему удивлению, я увидел вокруг его головы прокручивающуюся неяркую пленку, как кинофильм. Джо пришел в тот день на сканирование мозга. В течение нескольких месяцев он страдал от нарастающих болезненных приступов мигрени, и его врач направил его на МРТ. Когда я увидел этот серый цвет, сердце мое упало. Я знал, что МРТ покажет опухоль мозга. Не знаю, почему я это понимал. Такого раньше со мной никогда не случалось. Вскоре доктор сообщил ему нерадостную новость. С тех пор периодически со мной происходит нечто подобное. Я никогда не знаю, когда это случится, но довольно хорошо понимаю, что означают определенные цвета. Сегодня я увидел вокруг маленькой девочки яркий, сияющий золотой цвет. Я почувствовал облегчение. Я знал, что ее здоровью ничего не угрожает и она поправится».

Духовные интуиты часто ощущают энергию, окружающую других людей, не воспринимая ее зримо и трехмерно. Иногда они видят ее внутренним зрением. И чаще всего, когда нечто подобное происходит спонтанно, людям кажется, что они просто создают образы своим сверхактивным воображением.

Когда я работала арт-терапевтом со студентами, то обнаруживала, что многие ассоциировали определенные цвета с конкретными людьми. Это случалось так часто, что я разработала упражнение, чтобы помочь ребятам лучше настроиться на этот навык. Я попросила студентов нарисовать себя и других людей, используя цвета, которые указывали бы на их чувства, настроение и мысли. Они восприняли это совершенно спокойно, а упражнение стало полезным инструментом, помогающим им определить и выразить свои ощущения и переживания. Периодически они так рассказывали о родителях или других студентах: он – темно-синий, а она – красная и так далее. Они редко видели эти цвета зримо или в трехмерном виде. Их внутреннее зрение помогало именно так воспринимать окружающих, они просто задействовали воображение.

Интуитивное восприятие энергетического здоровья

Духовным интуитам, которые склонны с удовольствием «зависать» в чистой духовной энергии, реальность может казаться возвышенной и столь же неясной, как и их интуитивное осознание. Их проблемы в процессе развития медицинской интуиции, в общем-то, противоположны задачам физических интуитов. В то время как физическому интуиту нужно развивать чувствительность к сущему и энергии, духовному необходимо сфокусироваться на физическом мире.

Духовные интуиты не особо заинтересованы в физической реальности. Конечно, они живут в материальном мире, заботятся о своем теле. Однако на самом деле предпочли бы беседовать с ангелами или пребывать в космическом потоке энергии. Тем не менее если им удастся сфокусировать свой природный дар на физическом, то они смогут оказывать неоценимую помощь как в области здоровья, так и благополучия в целом. Их природная способность осознавать динамику энергии и стремление воспринимать ее могут помочь им взглянуть на физическое тело абсолютно по-новому.

Связь с духовным миром заложена в них с рождения. Они с большей вероятностью, чем другие типы, могут получать послания и общаться с иной стороной реальности. Эмоциональные интуиты чувствуют умиротворяющие вибрации божественной любви. Физические – часто общаются с растениями, силой животных, камнями и кристаллами. Ментальные – с помощью интуиции подключаются к коллективному высшему разуму. Духовные же интуиты являются наиболее сведущими в доступе к энергетической информации из духовного мира, источниками которого могут быть духи умерших родственников, высшие наставники и учителя, ангелы, архангелы или энергии божественного источника.

Послания о здоровье от духов любимых людей

Довольно часто наши близкие, ушедшие в мир иной, зная о наших проблемах со здоровьем, посылают свои сообщения.

Джессика, воспитательница детского сада, тридцати с небольшим лет, была рада нашей встрече. Она сказала, что это было ее первое считывание.

Я начала просматривать ее и быстро осознала желание Джессики иметь ребенка. Они с мужем предпринимали попытки почти год, но безрезультатно, и Джессика уже начала беспокоиться. Я объяснила ей, как важно поменять рацион питания – переизбыток сахара, молочных продуктов и углеводов тормозит процесс зачатия, и спросила, есть ли у нее другие вопросы.

«Я все время тревожусь о моих родителях, – сказала она. – Нужно ли мне что-то узнать о моей матери?»

Когда Джессика спрашивала меня об этом, я почувствовала близость кого-то из мира духов.

Я сказал ей: «Я знаю, что вы хотите, чтобы я посмотрела вашу мать. Но дух другой женщины, которая, похоже, является вашей бабушкой, сейчас старается привлечь мое внимание. Она говорит, что беспокоится о здоровье вашей матери, и она пыталась передать послание ей... и вам».

«Как это странно. Однажды днем я задремала, читая книгу, и увидела лицо бабушки. Она казалась обеспокоенной, но я не знала почему. Я сказала об этом маме, и она сообщила, что чувствовала то же самое. Мы не знаем, почему это произошло».

«Да, ваша бабушка очень хочет вам что-то сообщить, – сказала я. – У меня такое ощущение, что бабушка указывает мне на вашу мать. Похоже, что в последнее время она чувствует себя уставшей. Бабушка говорит мне, что в вашем роду есть диабетики. И она хочет, чтобы ваша мать проверила уровень сахара в крови. Ей необходимо изменить режим питания, также было бы неплохо, если бы она немного сбросила вес».

«У моей бабушки в последние годы жизни был диабет, – объяснила Джессика. – Она не очень хорошо о себе заботилась. И умерла в шестьдесят лет – слишком рано. Мы все очень скучаем по ней. Можете спросить ее, знает ли она что-нибудь о моем ребенке? Похоже, она хорошо осведомлена о здоровье моей матери».

Как только Джессика задала вопрос, бабушка тут же откликнулась.

«Ваша бабушка держит на руках ребенка. Она хочет провести с девочкой еще немного времени, прежде чем та придет в физический мир. Она дает вам совет, схожий с моим. Не

увлекайтесь молочными продуктами и сахаром, они провоцируют накопление тяжелой слизи. Бабушка просит не волноваться. Ваша девочка почти готова к рождению. Бабушка просто хочет еще немного побыть с ней».

Энергия исцеления

Многие духовные интуиты интересуются всем, что связано с осознанием энергии, духовностью, эзотерическими и мистическими темами. Это может быть их профессией или хобби. Сфера здоровья и энергетическая медицина имеют особую привлекательность для духовного интуита. Энергетическая медицина, которую еще называют духовной терапией, представляет собой практику установления канала исцеляющей жизненной силы с целью улучшения своего здоровья или здоровья другого человека, группы людей или животных. Существует несколько различных способов передачи целительной энергии. Самые распространенные – молитва с наложением рук, установка на веру в исцеление, а также лечение на расстоянии, когда целитель и клиент находятся далеко друг от друга.

Исцеление энергией практикуется на протяжении многих веков. Вера в то, что высшая энергия может течь через человека, излечивая его, берет свое начало в древности. Гиппократ верил, что сила природы, проявляясь в человеке, способна бороться с болезнью. В Библии Иисус возлагал руки на больных и увечных, и они мгновенно становились здоровыми.

Сегодня энергетическая медицина становится все более распространенным видом нетрадиционных и альтернативных подходов к лечению. Немало практиков используют определенные методы доступа к целительной энергии, чтобы направлять ее на улучшение здоровья. Рейки – это японская техника, включающая в себя как практики исцеления путем прикосновения ладонями, так и дистанционную работу с пациентом. Эта система базируется на вере в то, что энергия жизненной силы может передаваться от одного человека к другому, исцелять физически, ментально, эмоционально и духовно. Квантовое прикосновение – сходная модель исцеления энергией жизненной силы, в этой терапии применяют физические прикосновения, работу с дыханием и медитации.

Многие духовные интуиты практикуют регулярные медитации, что делает их внутреннюю жизнь осознанной и насыщенной. Они могут молиться Богу, богине, природе, ангелам и энергии жизненной силы Вселенной, прося об исцелении себя и других людей. Не стремясь к внешнему признанию, некоторые духовные интуиты предпочитают работать скрытно, посылая энергию исцеления людям и всей планете. Монахи, монахини, отшельники и даже обычный офисный служащий, редко привлекающий к себе внимание, могут излучать умиротворяющие лучи целительной энергии всем и вся.

Джада – очень занятая мама троих детей, которые учатся в начальной школе. Несколько раз в неделю, днем и вечером, она в своем фургоне везет учащихся школы на занятия, а потом домой, участвуя в специальной программе по доставке детей на частных автомобилях. Я встретила Джаду много лет назад, когда у нее еще не было семьи. За время нашей совместной работы я поняла, что она – добрый целитель, способный сострадать и вселять надежду. Будучи духовным интуитом, она любила общение с духовной сферой, много училась и практиковала энергетическое исцеление. Когда она узнала, что беременна, то почувствовала волнение и даже страх.

«Я так рада стать матерью, – сказала она тогда. – Но я немного нервничаю. Смогу ли я находить время для медитаций, сосредотачиваться на духовном? Не знаю, как буду все это совмещать. Но я хочу стать хорошей мамой и сделаю все, что для этого потребуется».

Я заверила ее, что она будет замечательной мамой и при этом сможет оставаться верной своим духовным интересам.

Когда у Джады родился первенец, мы виделись редко. Ей удалось выбраться на мой сеанс в период между рождением второго и третьего ребенка. Оказалось, что она смогла все пре-

красно устроить. Хотя она была очень занята, ее способность улаживать дела, находя время для духовных занятий, поражала. Через несколько лет, после рождения третьего малыша, мы снова встретились. Она пришла на считывание, чтобы лучше понять свои недавние целительские приключения.

Когда я начала сеанс с Джадой, я была впечатлена ее энергетическим полем. Я увидела в нем прозрачные волны бирюзового, пурпурного и золотого света, которые указывали на то, что она окружена ангелами и обладает мощной целительной силой. Настроившись на светящуюся энергию, которая, казалось, фонтанировала вокруг нее, я поняла, что она стала каналом исцеления для других людей, особенно детей. Когда я объяснила ей это, она взволнованно начала рассказывать мне о своем недавнем опыте.

«Периодически я развожу школьников на своей машине. Я забираю шестерых детей, доставляю их в школу и из школы несколько раз в неделю. Это было в прошлом году: как-то утром я, по обыкновению, везла детей и взглянула в зеркало заднего вида. Я увидела сияющее свечение золотой и белой энергии вокруг них. Я видела здоровье и жизненную силу, которые они излучали. Со временем этот сияющий свет стал более четким. В итоге я смогла видеть энергетическое поле каждого ребенка и многое узнать о нем по цвету и энергии, которую он излучал. Однажды, после того как я посадила детей в фургон, я заметила, что у одной девочки больше не было четко проявленного сияющего блеска. На следующий день я узнала, что у нее поднялась температура – она больше недели не ходила в школу. Вскоре после этого случая я заметила такой же низкий уровень энергетического излучения у другого ребенка. На этот раз я решила попробовать помочь. Я глубоко вздохнула и представила, как соединяюсь с высоко-вибрационной энергией. Я воспринимала ее в виде белого света и направляла мальчику до тех пор, пока она полностью не окутала его. Я продолжала и продолжала посылать ребенку целительную энергию. В конце концов я увидела, как свечение, окружающее мальчика, стала ярче. Я наблюдала за ним еще несколько дней – он был в полном порядке. Позже я услышала, что вся его семья заразилась вирусом, но он избежал болезни. Я продолжала направлять ему энергию всякий раз, когда чувствовала, что он нуждается в исцелении. Позже, когда я вела автомобиль, я увидела перед глазами образ женщины. Я не знала, кто она, но она выглядела усталой и больной, она с грустью смотрела на меня. Я не понимала, что надо делать. Поэтому поступила так же, как с детьми: послала ей исцеляющую энергию и продолжала делать это, пока ее энергетическое поле не стало ярче и насыщеннее. И теперь время от времени это случается со мной: я могу вести машину, готовить ужин, играть с детьми или медитировать, и вдруг „видеть“ кого-то, кто просит моей помощи. Бывает, я знаю этого человека. Это может быть член семьи или друг, но чаще всего я не знаю этих людей. Я сумасшедшая? – Джада закончила свой рассказ вопросом. – Я действительно посылаю исцеление другим и помогаю им?»

Ш. Диллард. «Развивайте интуицию исцеления: активируйте природную мудрость для оптимального здоровья и благополучия. Дар интуиции, или Как развить шестое чувство. Сакральные знаки и символы: пробудитесь к сообщениям и синхроничности вокруг вас. Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип»

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.