

ЭЙЛИН ДЭЙ
МАККЬЮСИК

ЭЛЕКТРИЧЕСКОЕ ТЕЛО



НОВАТОРСКИЙ ПОДХОД К ИСЦЕЛЕНИЮ

КАК ПЕРЕЗАРЯДИТЬ СВОЕ ТЕЛО И ПОВЫСИТЬ
УРОВЕНЬ ЖИЗНЕННОЙ СИЛЫ ОРГАНИЗМА

Эйлин Дэй Маккьюсик
Электрическое тело. Как
перезарядить свое тело и
повысить уровень жизненной
силы организма. Новаторский
подход к исцелению
Серия «Законы Мироздания»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70242880

*Электрическое тело. Как перезарядить свое тело и повысить уровень
жизненной силы организма. Новаторский подход к исцелению:
ISBN 978-5-17-159060-4*

Аннотация

Эйлин Дэй Маккьюсик – исследователь-первопроходец в области энергетического исцеления и звуковой терапии. В основе всего в мире – энергия. Это наблюдение полностью меняет наше представление о физическом, психическом и эмоциональном здоровье.

Книга «Электрическое тело» предлагает вам новый взгляд на мир. С ее помощью тысячи людей открыли секреты воздействия электромагнитного поля на здоровье. Используйте ее как

уникальный инструмент для преобразования ваших отношений со своим телом, разумом, чувствами и миром вокруг вас.

Практики, которые дает автор, просты и понятны. Они направлены на повышение осознанности, изменение образа жизни, контроль над эмоциями. С ними вы не только избавитесь от болезней, но и повысите общий уровень жизненных сил – у вас будет больше энергии!

Не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом. Автор и издатель не несут ответственности за любые последствия, которые люди могут испытывать, прямо или косвенно, от информации, содержащейся в этой книге.

В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Предисловие	6
Введение	14
Электрическое тело и электрическое здоровье	20
Содержание книги	46
Часть I	49
Глава 1	49
Как все начиналось	50
Конец ознакомительного фрагмента.	56

Эйлин Дэй Маккьюсик
Электрическое тело
Как перезарядить свое
тело и повысить уровень
жизненной силы организма
Новаторский
подход к исцелению

© Eileen Day McKusick, 2021

© Гончарова У., перевод на русский язык, 2022

© Поляков Н., перевод на русский язык, 2022

© ООО «Издательство АСТ», 2024

Предисловие

Видимый и невидимый свет

Я отчетливо помню переломный момент в своей жизни. Это случилось в 2009 году, в день зимнего солнцестояния. Мой сын Куинн подошел к обеденному столу и спросил нас с мужем, знаем ли мы о существовании четвертого агрегатного состояния под названием *плазма*. До этого мне были известны только три состояния вещества: твердое, жидкое и газообразное. Куинн объяснил, что плазма – это электрически заряженный газ, который заполняет до 99,9 % космического пространства. Она соединяет звезды, планеты и целые галактики в огромные световые сети. Как же так получилось, что я никогда не слышала о плазме? Особенно учитывая то, что она охватывает все мироздание. Тогда я даже не догадывалась, что простой вопрос моего любознательного сына впоследствии изменит ход моих исследований, работы и мышления.

В то время я переживала не самый лучший период своей жизни: страдала от хронических болей в спине, лишнего веса, акне и целой колонии подошвенных бородавок. Трудности не ограничивались здоровьем – мой брак разваливался, а долги росли в геометрической прогрессии. Я разрывалась между работой, воспитанием детей и учебой в колледже. Эта

черная полоса началась давно, когда мне исполнилось восемнадцать лет. Пытаясь справиться с проблемами, я искала пути к оздоровлению и раскрытию собственного потенциала. Но чтение бесчисленных книг по самопомощи, посещение семинаров и различные методы лечения так и не сделали меня здоровой, богатой и счастливой. Даже близко.

Мой сын как будто направил меня на путь просвещения, потому что знакомство с плазмой открыло дверь в совершенно новый мир! Мир, наполненный светом и единством, совсем непохожий на мир тьмы и отделенности, каким его описывает принятое в науке механистическое мировоззрение. Более того, я узнала о существовании четвертого агрегатного состояния как раз перед защитой магистерской диссертации. До этого многие вопросы в ней оставались без ответа. Даже академические и научные источники были бесполезны! По счастливой случайности ключом к истине стала плазма. В течение последних пятнадцати лет я практиковала звукотерапию¹, а также проводила независимые исследования о том, как издаваемые камертонами гармоничные вибрации влияют на человеческое здоровье и благополучие. Мне удалось сделать немало открытий, которые, как я надеялась, можно будет объяснить, углубившись в науку.

Так и случилось! Оказалось, что недостающим фрагмен-

¹ Звукотерапия (звуковибрационная) терапия – древняя методика медитации, очищения биополя, исцеления и расслабления физического тела с помощью звука. Для реализации методики применяются различные инструменты: тибетские чаши, колокольчики, чакрофоны, музыка, человеческий голос и т. д. – *Прим. пер.*

том была именно плазма. Открыв ее для себя, я осознала глубину энергетической связи наших электромагнитных тел с окружающим миром. Свет объединяет все и вся. Это внезапное озарение помогло разложить по полочкам открытия, сделанные мной в прошлых исследованиях звука, вибрации, здоровья и человеческого потенциала. Они сложились в единую картину, которую я опишу в этой книге. Каждый читатель сможет извлечь для себя что-то новое не только с духовной, но и с научной точки зрения.

На доскональное изучение плазмы у меня ушло несколько месяцев. Я даже провела независимое исследование, результаты которого включила в свою диссертацию. Вскоре после получения диплома магистра я начала преподавать разработанный мной ранее метод звуковой терапии. Еще в 1996 году я внедрила в свою массажную практику набор так называемых «исцеляющих камертонов». Моя любознательность и тяга к экспериментам привели к неожиданному открытию уникального терапевтического подхода, получившего название «Настройка биополя». Это простой, неинвазивный и эффективный метод помогает управлять внутренней и внешней энергией человеческого тела при помощи камертонов, которые фактически «настраивают» организм. Гармоничные вибрации снимают напряжение, очищают сознание и приносят эмоциональное спокойствие. Все эти годы я лечила людей методом настройки биополя и наблюдала, как улучшается их здоровье и налаживается жизнь. И вот, наконец, пе-

редав свои знания первым ученикам, я смогла испытать его на себе.

После «настройки» мои недуги начали быстро отступать. Сначала исчезли подошвенные бородавки. Затем застывшая энергия начала возвращаться в поток, что привело к приливу внутренних сил. Я ощутила, будто могу свернуть горы и уверенно приступила к решению всех своих жизненных проблем. Я как будто раскрылась и выпустила свой внутренний свет, а он, в свою очередь, озарил окружающий мир и проложил путь к счастью.

Казалось бы, между открытием электрической сущности мироздания и курсами по методу настройки биополя нет ничего общего. Однако именно эти два события кардинально изменили мою жизнь. Сеансы звуковибрационной терапии вкуче с изучением новой космологической теории света расширили границы моего разума. Мои познания о здоровье, жизни и Вселенной достигли невероятных высот. Я вырвалась из порочного круга и начала находить новые пути решения проблем, о которых раньше даже не задумывалась.

Настройка биополя камертонами помогла мне привести жизнь и здоровье в порядок, и я рекомендую попробовать ее всем читателям. Однако я не хочу, чтобы книга воспринималась как реклама курсов, инструментов для сеансов и прочих товаров (хотя все это у меня есть, если вы вдруг заинтересованы). Я просто делюсь советами и приемами, которые помогут вам организовать мысли, восстановить энергетиче-

ские потоки и стабилизировать эмоциональное состояние. Самое же чудесное в том, что ваш организм самостоятельно подстроится под изменения! Пройдя этот путь, я поняла одно: разум – самый мощный инструмент в нашем арсенале, и именно биополе служит его картой. По сути, я случайно наткнулась на один из главных секретов процветания. Узнав его, вы укрепите здоровье, пополните запас творческих сил, будете богатыми духовно и финансово. В основе найденного мной секрета жизни лежат два ключевых шага. Во-первых, человек должен изменить свой взгляд на Вселенную и принять ее электромагнитную природу, а во-вторых, научиться контролировать эмоции. Чувства – это обычные энергетические заряды, которые свободно проходят через наши тела, словно волны в океане. Но если мы их подавляем, то они начинают застревать, увязать в наших биополях. В результате возникают сопротивление и помехи, блокирующие здоровые потоки энергии. Поэтому так важно научиться управлять своими эмоциями и чувствами. Чуть позже я детально разберу, как этого достичь.

С тех пор, как мой сын задал свой судьбоносный вопрос о плазме, прошло ровно 10 лет. Однако *этот* день зимнего солнцестояния проходит уже в другой обстановке – зарыв ноги в теплый песок, я сижу на пляже Ямайки и пишу книгу. Рядом загорает муж, с которым мы вместе уже двадцать три года и прошли немало испытаний. Мое тело преобразилось и вновь обрело былые формы, причем без изнуритель-

ных тренировок и строжайших диет! Я всего лишь разумно использую звук и практикую так называемый *умеренный гедонизм* (об этом мы тоже поговорим). Прилив сил от нового образа жизни позволил мне основать процветающий международный бизнес. В итоге я избавилась от денежных долгов и боли. Теперь я могу есть что угодно и не толстеть, а самое главное – свободно путешествовать с близкими людьми. С недавних пор я даже вернулась к своей истинной страсти – исследованиям и музыке.

Подумать только, раньше я ездила за рулем старой *Subaru* и носила дешевые джинсы, из которых вываливались бочка. Да что уж там, зачастую мне с трудом удавалось накопить на бензин и оплату жилья! Не поймите неправильно, это не хвастовство. Мне нужно рассказать о своем жизненном пути, чтобы на моем примере вы убедились в эффективности описанных методов. С их помощью я сорвала оковы, которые препятствуют раскрытию истинного потенциала личности. Теперь ваша очередь сделать то же самое!

Я поделюсь полезной информацией из собственных научных исследований и клинической практики. Применяв полученные знания, вы «прокачаетесь» в игре под названием «жизнь», научитесь осознавать свой внутренний свет, повышать уровень напряжения и ослепительно сиять, а также находить новые решения старых проблем, следовать импульсам души, доверять своей интуиции и смело выражать свою правду.

Я не только исследователь, но и дипломированный педагог по специальности «интегрированное обучение». Знаю, для постороннего это звучит непонятно, но термин неплохо описывает мою сферу деятельности. Я учу людей тому, как все взаимосвязано. Мои воспитанники постоянно делятся положительными впечатлениями от курсов. Уже после первого занятия их жизнь и здоровье идут на поправку. По словам одного ученика, ему будто удалось «заглянуть за кулисы мироздания». Когда мы воспринимаем себя как электрическую сущность, окружающий мир обретает ясность. Мы начинаем понимать причинно-следственные связи между тем, что происходит в нашей жизни, и состоянием здоровья и можем разобраться с первопричиной любой жизненной проблемы.

Истина заключается в том, что вы и есть тот свет, который вы ищете. Вы уже просветлены: биологически вы являетесь световым существом, вплоть до ДНК, клеток и триллионов биофотонов, пронизывающих ваше естество. Даже кости, самая плотная часть человеческого организма, представляют собой пьезоэлектрические кристаллические конструкции, которые при сжатии вырабатывают электричество (свет). Этот свет питает все сущее: космос, звезды, планеты, людей, даже светлячков. Мы – электромагнитные существа, погруженные в электромагнитную среду.

Эта книга прольет свет на новую модель реальности, которая изменит ваши взгляды и перевернет вашу жизнь, как

уже случилось со мной и многими другими. Вместе мы справимся со всеми трудностями.

Достичь желаемого результата нам мешают искажения волн в пространстве, но их довольно легко настроить и вернуть к изначальной гармонии. За оболочкой из шума и трагичных историй скрывается ваша безграничная многомерная сущность, часть единого поля и самого космоса. Другими словами, вы – это Вселенная. Помните об этом, и тогда все становится возможным.

Введение

Повышаем уровень напряжения

Согласно общепринятой в западной науке парадигме, человек – это прежде всего животное, которым управляют исключительно химические процессы. Но в последнее время все больше людей отказываются от нее в пользу новой картины мира, согласно которой в основе человеческой природы лежат электромагнетизм и вибрации. Мы, как и весь космос, состоим из света и звуковых волн в невообразимо широком диапазоне частот.

Как рыбы в воде, мы обитаем в безграничном океане энергии. Оглянитесь – все вокруг подпитывается электричеством! Не только лампочки, компьютеры и прочие устройства, но также планеты, звезды и целые галактики. Энергия повсюду. Она пронизывает Вселенную и формирует как видимый, так и невидимый свет. Книга в ваших руках, земля под ногами и солнце над головой – все это просто электромагнитная энергия, вибрирующая на разных частотах. Другими словами, электричество. Каждый предмет в наблюдаемой Вселенной находится в постоянном движении на атомном или субатомном уровнях. Это касается даже на первый взгляд неподвижных объектов, вроде камней. Как заметил великий физик Ричард Фейнман, «атомы дрожат и колеб-

лются». Я же люблю говорить «все дрыгается». Оригинальная цитата появилась, когда Фейнман описывал движение молекул в процессе обмена энергией. Он считал, что наука должна приносить удовольствие, поэтому относился к ней с юмором. Это и вдохновило меня добавить в его высказывание капельку живости, чтобы более точно передать «танец» энергии, вызванный обменом положительных и отрицательных частиц.

Если копнуть глубже, то понятие «существительное» – всего лишь придуманная человеком концепция. На самом деле все вокруг является *процессом*. (Интересный факт: в языке индейцев хопи нет существительных, а значит, он лучше отражает изменчивость нашего мира.) Когда вибрации встречаются, они синхронизируются и начинают резонировать на одной частоте. Такая спонтанная самоорганизация в физике называется *симпатическим резонансом*. Он может лежать в основе того, что мы зовем *сознанием* или разумом. Наука постепенно признает это фундаментальным свойством энергии, а значит, и всей материи.

Несмотря на очевидный прогресс в квантовой физике, биоэлектричестве и других развивающихся областях науки, обсуждение *энергии* зачастую приводит исследователей к разделительной линии между наукой и духовностью. Все потому, что разные отрасли энергетической медицины пока не пришли к общему определению так называемой *тонкой энергии*, из которой состоит биополе человека и, возможно,

даже все мироздание. Но в отсутствие четкого определения и достаточно чувствительных приборов, которые могли бы ее измерить, тонкую энергию отнесли к духовным понятиям.

Противостояние науки и религии не дает мне покоя еще с подросткового возраста, когда я только начинала свой путь к оздоровлению. Никак не могу понять, зачем люди разделяются на два идеологических лагеря, начинают швыряться оскорблениями и создавать путаницу? В чем смысл этих бесконечных споров? Что, если обе стороны используют разные слова для описания одинаковых явлений? Вдруг то, что религия называет *душой*, а наука – *электричеством*, на самом деле одно и то же? В этой книге мы будем исследовать электромагнитную природу Вселенной, и станет понятно, что в конечном счете все есть единый свет, единое электричество, единый источник энергии, единое магнитное поле, которое проявляет себя как весь свет видимого и невидимого спектра.

Много лет я лечила физические и душевные заболевания людей, воздействуя на их энергетические поля – также известные как *биополе* – с помощью звука. Это дало мне возможность вдоль и поперек изучить энергетические потоки. Весьма полезными в столь тщательном исследовании оказались мои скептицизм и любознательность. Надеюсь, очевидно, что, когда мы говорим о невидимой субстанции под названием *энергия*, то имеем в виду *электромагнитную*, а не какую-то еще (не кинетическую, тепловую, химическую и

т. п.). Так что же такое электромагнетизм? Говоря простым языком, это движение заряженных электрических частиц и магнитных полей, которое задается этим их зарядом. Другими словами, это спектр видимого и невидимого света (то есть звука, но об этом позже).

Копнув чуточку глубже, я обнаружила интересную проблему – обилие непонятной и противоречивой информации об электричестве. Мой друг Дин Радин, выдающийся ученый-парапсихолог из Института ноэтических наук, однажды сказал мне: «Эйлин, на самом деле никто ничего не смыслит в электричестве. Если объявится тот, кто сможет в нем разобраться, обязательно сообщи мне!» Попросите обычного человека дать определение электричества. Скорее всего, в ответ вы услышите стандартную, зазубренную в школе формулировку: «это поток электронов в проводнике». И тут возникают противоречия. По некоторым данным, электронов вообще не существует! Прочие исследования указывают на то, что эти предполагаемые частицы на самом деле даже не движутся по проводнику в замкнутой цепи переменного тока. Они стоят на месте и дрыгаются туда-сюда, пока электрическая сила перемещается в обе стороны *по полю вокруг провода*. О существовании этого самого поля то и дело забывают. Без него теряется полный контекст, обязательный для понимания электрического тока и энергетического поля вокруг нас.

Но это далеко не единственная проблема. Прежде всего,

электричество не ограничивается проводами. На самом деле оно окружает нас повсюду. Порой мы даже не подозреваем, что оно присутствует в воздухе, земле и в нашем теле.

Еще один пробел в наших знаниях вызван мнением, что электромагнитные волны способны распространяться вне какой-либо среды. Утверждается, что свет проходит через пустой космический вакуум. Вот только первые исследователи электричества, включая Николу Теслу, с этим никак бы не согласились. Они придерживались теории *эфира*, «всеобъемлющего океана чистого света», через который проходят энергетические волны. То, что наука отвергла теорию единого поля безграничного потенциала (которую мы подробно изучим), стало источником большой путаницы в определении природы электричества и его повсеместного присутствия.

Это все равно что изучать волны в океане, не зная, что такое вода! Я убеждена, что благодаря эфиру мы приоткроем завесу тайны о природе электричества. Поэтому в наше независимое исследование будут включены два новых агрегатных состояния – эфир и плазма. Знакомство с ними поможет разобраться в устройстве нашего тела, сознания и окружающего мира.

В энергетической медицине под *напряжением* понимается сила, которая приводит электрические токи в движение. Иногда ее также называют *электродвижущей силой*. Повышение напряжения в организме увеличивает запасы энергии

и усиливает яркость внутреннего света. И наоборот, понижение напряжения ведет к нехватке энергии, необходимой для поддержания важных процессов в организме, что приводит к болезням и утрате жизненных сил.

Электрическое тело и электрическое здоровье

Вот уже больше века ученые исследуют естественные электрические процессы в живых организмах. Инновационные технологии последнего десятилетия помогли преодолеть некоторые трудности, что открыло путь к новым находкам. Мы стоим на пороге невероятных прорывов в сфере биоэлектричества. Каждый месяц публикуется все больше и больше научных трудов, подтверждающих выводы моих давних исследований электромагнитной системы тела. Именно так в 1994 году группа ученых из американского Национального института здоровья определила термин «биополе».

Мне выпала честь принять участие в уникальной онлайн-конференции под названием «Электрическое тело», где я рассказала о том, как звук влияет на клетки человека. Организаторы пригласили еще 36 докладчиков из разных сфер, каждый из которых посвятил жизнь изучению нашей электрической природы. На мероприятии царил непередаваемая атмосфера. Среди участников были самые настоящие первооткрыватели, чьи выводы поразили меня своей неординарностью. Удивительно, сколько нового можно узнать о нашем здоровье и мироздании, если просто взглянуть на них под иным углом!

Конференция оставила у меня только положительные впечатления.

чатления. Не каждый день доводится увидеть, как расширяется твой круг единомышленников. Я рада, что все больше людей начинает «мыслить электрически». Моя книга научит вас этому. После прочтения вы узнаете, что в вашем теле протекают не только механические процессы, и откажетесь от химических лекарств. Предлагаемый мной путь к оздоровлению гораздо проще, эффективнее и даже увлекательнее! А все потому, что разум способен напрямую влиять на наш электрический организм. Наше электрическое тело является тонким прототипом физического тела и происходящих в нем процессов. Оно *первично*, поэтому, работая с ним, мы получаем доступ к источнику проблемы.

За долгие годы практики я выделила самые частые причины происходящих в человеческом организме «поломок». В основном это помехи в электрической системе, которые проявляются в виде боли, отрицательных эмоций и вредных привычек. Устраните их, и все недуги физического тела исчезнут сами собой. Метод настройки биополя – это элегантный способ избавиться от любой проблемы. Обязательно воспользуйтесь им!

В этой книге я часто буду говорить о том, как улучшить свое электрическое здоровье путем повышения напряжения. Представьте, что ваше тело – это батарейка. По сути, так и есть, ведь вы наполнены соленой водой, которая проводит ток. Каждый орган обладает собственным электромагнитным полем, а все клеточные мембраны несут в себе электри-

ческий заряд. Напряжение играет ключевую роль в любом химическом источнике тока и определяется как разность потенциалов положительного и отрицательного полюсов. Повышение напряжения приводит к увеличению заряда, что делает батарею более мощной. Это логично. Ведь, например, лампочка с высокой мощностью будет светить ярче, потому что в ней используется больше энергии. То же самое происходит и в наших электрических организмах. Когда напряжение достигает высоких показателей, клеткам хватает энергии для бесперебойной работы и для того, чтобы проводить большой объем электрического заряда.

У меня есть небольшой прибор под названием *энергетический жезл*, представляющий собой прозрачную трубку с электродами на обоих концах. Реагируя на замыкание цепи, он начинает жужжать и светиться, если человек берется за него с обеих сторон. Жезл наглядно демонстрирует, что люди действительно проводят и вырабатывают электричество. Им достаточно встать в круг и взяться за руки, чтобы образовать замкнутую электрическую цепь. Прибор будет светиться и вибрировать до тех пор, пока кто-то не отпустит руку соседа, и цепь на разорвется.

Если представить наши биологические организмы в виде подзаряжаемых аккумуляторов, то сложная концепция здоровья упрощается до элементарных понятий, а жить становится легче. Вы можете сделать это прямо сейчас – закройте глаза и попробуйте определить, насколько заряжена ва-

ша внутренняя батарея. Большинство людей довольно быстро находят ответ. Прислушиваясь к своему телу, они замечают, что тратят энергию быстрее, чем восполняют ее. Но тут я слегка забегаю вперед. Если вам не удастся точно определить уровень своего заряда, последуйте совету, значительно упрощающему задачу. Мы ежедневно пользуемся мобильными телефонами и обращаем внимание на иконку батарейки в верхней части экрана. Она отображает состояние заряда аккумулятора в процентах. Проще всего визуализировать запасы своей внутренней энергии в виде такой же иконки. По шкале от одного до ста на каком уровне сейчас находится ваш счетчик заряда батареи? Устраивает ли вас это? Какое количество энергии вам необходимо для оптимальной работоспособности организма? Что истощает вашу батарейку, а что восполняет заряд?

Кстати, о телефонах. Вы замечали, что они начинают разряжаться быстрее, когда уровень заряда падает ниже сорока процентов? Это явление затрагивает и наше здоровье. У каждого человека есть определенная граница, ниже которой лучше не опускаться, иначе восполнить энергию будет намного сложнее.

Я творческий и активный человек. Мне нужно поддерживать высокую работоспособность, поэтому я слежу за тем, чтобы заряд энергии всегда держался на уровне около ста процентов. В противном случае я начинаю быстро уставать. Вместе с зарядом падают концентрация и производитель-

ность, чего я никак не могу себе позволить из-за большого количества дел. Но когда мой аккумулятор полностью заряжен, тело сохраняет тонус, здоровье укрепляется, я остаюсь продуктивной и устойчивой к стрессу.

Среди моих клиентов были тысячи людей с хроническими заболеваниями. Чаще всего я слышу жалобы на постоянные боли и усталость, а в биополях нахожу одну и ту же причину любого недуга – обесточенную батарейку. В электрической системе накапливаются помехи, которые блокируют здоровые потоки энергии, что приводит к падению напряжения. Если вы страдаете от герпеса, фибромиалгии, болезни Крона или другого хронического расстройства, то вам просто не хватает заряда. Да, все настолько банально.

Вы разрядились, потому что отдаете больше энергии, чем производите. Организму требуются ресурсы для возвращения в гомеостаз. Это состояние внутреннего баланса, в котором тело сохраняет оптимальную жизнедеятельность. Возвращаясь к аналогии с мобильными телефонами, его можно назвать своеобразным режимом энергосбережения. Когда мы его активируем, в дело вступает естественная целительная сила человека. Она же, в свою очередь, направляет очищенную энергию в нужное русло. За долгие годы практики я стала воспринимать хронические заболевания совсем по-другому, поэтому прошу вас тоже переосмыслить свои взгляды. Запомните: причина всему – нехватка энергии.

Напряжение как pH

Изучая электричество и биополе, я наткнулась на труды Джерри Теннанта. Он офтальмолог, сертифицированный врач гомеопатической и альтернативной медицины, а также автор книги *Healing is Voltage*. По словам Теннанта, низкое напряжение человеческого тела соответствует низкому уровню кислотности (*pH*) в организме. Уравнение «*pH* = напряжение» было для меня в новинку, но в итоге именно оно помогло мне разобраться в вопросе.

Доктор Теннант утверждает, что важнейшим фактором в процессе исцеления служит способность организма производить новые клетки. Мы не всегда бережем наши тела, из-за чего они начинают изнашиваться, хотя регенерация путем создания новых клеток происходит регулярно. Именно так организм обновляет свои «комплектующие». Например, оболочке вашего кишечника всего три недели, коже – шесть недель, а нервной системе – восемь месяцев. Однако со временем наша способность к регенерации снижается, что приводит к болезням и преждевременному старению. Почему же так происходит?

Клетки делятся по заложенному в них шаблону. Низкое напряжение в организме человека приводит к тому, что в процессе внутреннего программирования теряется часть информации, которая должна передаваться копии. Когда телу

не хватает энергии на создание здоровых клеток, пораженным органам не удастся восстановиться. Иногда это приводит даже к копированию дефектов, ускоряющих развитие той или иной болезни. Чтобы предотвратить распространение энтропии в организме, важно следить за своим напряжением. Тут-то в дело и вступает pH . В нас заложены конкретные показатели кислотности и щелочности, которые должны поддерживаться организмом для сохранения баланса. Клетки работают в стандартном режиме, находясь в умеренно щелочной среде. Нормой для человека считается pH около 7,35–7,45 и напряжение 25 мВ (милливольт). Эти показатели помогают клетке оставаться в состоянии покоя. Но, по словам Теннанта, их не хватает для запуска более сложных процессов, таких как регенерация и деление. Он утверждает, что оптимальное напряжение тела составляет примерно 50 мВ, потому что поврежденные клетки потребляют больше энергии.

Когда отношение pH /напряжение падает ниже нормы, в системе начинают размножаться молекулы, известные как *свободные радикалы*. Это нестабильные атомы, лишенные электрона. Они возникают в низковольтной среде, где не хватает электрической энергии. Самые яркие представители свободных радикалов – это токсины. Доктор Теннант называет их «*похитителями электронов*», потому что они стремятся восполнить нехватку отрицательно заряженных частиц любым доступным способом и могут не на шутку раз-

гуляться в наших телах! Как хулиганы на детской площадке, свободные радикалы отбирают электроны у клеток, чем еще больше увеличивают кислотность и понижают напряжение. Предотвратить губительный процесс окисления способны *антиоксиданты*. Так называются молекулы с избыточным количеством электронов, готовые поделиться своими запасами с кем угодно. Роль антиоксидантов в нашей жизни невозможно переоценить. Электрон *жизненно необходим* клетке, без него она погибает. Недавние исследования в области онкологии раскрыли одну из причин развития рака. Оказалось, что опухоли растут за счет поглощения электричества у соседних клеток, а значит онкоциты – это свободные радикалы.

Нередко люди говорят, что болезни возникают в среде повышенной кислотности, но истинной причиной недуга является низкое напряжение. Тело человека ослабевает, в нем всю орудуют похитители электронов, что приводит к энтропии и плохому самочувствию.

Как же изменить свой уровень *pH*? Могу сказать одно: традиционных методов, основанных на химии, тут будет недостаточно. Можно всю жизнь питаться овощами, проходить детокс и принимать горы пищевых добавок, даже не догадываясь о существовании другого способа предотвращения болезни. Начните мыслить электрически, и вам откроются новые инструменты для оздоровления и решения любых жизненных проблем. Особенно если вас не прельщает

перспектива ежедневно поедать горы овощей.

Джерри Теннант, как и я, заметил, что большинство болезней активируются теми или иными эмоциональными событиями. Наши чувства хранятся как в теле, так и в окружающем его биополе. Сильные переживания или подавленные эмоции могут проникнуть довольно глубоко, в самые разные части тела. Если их не очистить, они начинают создавать помехи и затрудняют течение электрического тока. Чтобы встать на путь оздоровления, в первую очередь нужно заглянуть в вибрационное хранилище эмоций, которые засоряют наши «микросхемы» и препятствуют свободному течению энергии.

Эмоции и электрическое здоровье

В этой книге вы узнаете, почему эмоции играют ключевую роль в электрическом здоровье человека. Довольно часто они, а точнее стресс, вызванный чувствами, которые мы подавили или с которыми не можем справиться, нас губят. Но изобретенный мной метод настройки биополя не делит эмоции на положительные и отрицательные. Все они – желанные гости, которые заслуживают права голоса в нашей жизни. В этом и кроется секрет высокого напряжения: не осуждайте и не подавляйте свои эмоции, разрешите им проходить через вас, научитесь управляться с ними. Так вы быстрее обретете себя, возьмете жизнь в свои руки и станете счастливыми.

Вся эне, ргия обладает электромагнитными свойствами, а ее движение поддерживает в нас жизнь. Если вы научитесь плыть по течению эмоций, следуя естественным порывам души к тому, что считаете для себя ценным и правильным, то в полной мере овладеете энергией и сможете поддерживать заряд внутренней батареи стабильно высоким. Но это не всегда легко. Нас учили *подавлять* свои чувства и эмоции, а не *выражать* их. Мы прячем головы в песок. Опасаясь осуждения, зарываем чувства все глубже, поскольку этого требует наша культура.

Я понимаю, в какой нелегкой ситуации находятся те, кто заботятся о своем здоровье. Они правильно питаются, пьют сок сельдерея, ходят на йогу, медитируют и заботятся о себе, но по-прежнему чувствуют себя паршиво. «Как же так? – недоумевают они. – Я же делаю все возможное!» Проблема в том, что они не обращают внимания на свое эмоциональное здоровье, а ведь оно тесно взаимосвязано с физическим состоянием. Поверьте, я это проходила. Много лет пичкала себя разными пищевыми добавками, но так и не нашла хоть одну эффективную. Я не утверждаю, что БАДы совсем бесполезны, просто лично мне они не помогли. Я только зря потратила деньги и накопила целую гору пластиковых флаконов, которые в итоге пришлось выбросить. Одна моя подруга до сих пор надеется, что пищевые добавки приведут ее жизнь в порядок. Ее кухонные шкафчики под завязку забиты флаконами и бутылочками, которые вываливаются каждый

раз, когда она открывает дверцу. И ни один препарат так и не решил ее проблемы со здоровьем, потому что их причина – неисцеленные эмоциональные раны. Поскольку по своей природе они являются электромагнитными, на них невозможно повлиять химическими веществами.

Мои ученики и клиенты всегда говорят: «Как только я начал разбираться с эмоциональной частью уравнения, проблемы стали решаться в два счета. Теперь я здоров, как никогда раньше, и ощущаю огромный прилив сил». Так что, если вы делаете все, что в ваших силах, но так и не достигаете желаемого результата, пришла пора ступить на новый путь – научиться мыслить электрически и познакомиться с эмоциональной территорией своего тела. Поймите, что ваше электромагнитное тело *и есть* чувства. Научитесь управлять своим биополем, и результат не заставит себя ждать!

Недавно со мной связалась одна дама, которая долго восстанавливалась после тяжелого заболевания, вызванного контактом с черной плесенью. Женщина рассказала, что обошла лучших врачей мира и испробовала «абсолютно все» методы лечения: пила овощные соки, ходила на иглоукалывание, делала витаминные капельницы, посещала инфракрасные сауны и т. д. и т. п. Разумеется, ничто из этого не помогло ей избавиться от осложнений. И тут она наткнулась на метод настройки биополя. Специалист, к которому эта женщина обратилась, помог ей понять, что все это время она подходила к вопросу оздоровления не с той стороны – искала

внешние источники воздействия на внутреннюю проблему. Вместо посещения бесконечных процедур надо было высвободить подавленные чувства, преодолеть старые эмоциональные травмы и прочищать забитые энергетические каналы. Именно это отнимало ресурсы организма и мешало ему запустить процесс самоисцеления. Женщина решила записаться на курс настройки биополя и не пожалела!

Первые же сеансы вызвали у нее мощную эмоциональную разрядку, и женщина сразу почувствовала себя легче и энергичнее. Чем дальше она продвигалась по программе курса, тем крепче становилось ее здоровье. Вскоре клиентка заметила, как физическая боль, страх и тревога, которые она носила в себе годами, просто исчезли. Ощувив долгожданную свободу и став собой, она обрела энергию и стала уважаемой писательницей.

Я буду много говорить о настройке биополя, но не для того, чтобы расхваливать ее и завлечь на сеансы новых клиентов (как и большинство методик, она не идеальна). Просто именно это направление звукотерапии открыло мне более широкую картину, которой я хочу с вами поделиться. Прочитав эту книгу, вы поймете, как устроены эмоции, научитесь ими управлять и раскроете свой энергетический потенциал. Звучит довольно просто, но на детальное объяснение уйдет немало страниц.

Используйте разум во благо

Долгое время мне не удавалось решать свои проблемы, у меня просто не было на них сил. Жизнь пошла на поправку только тогда, когда я разрешила себе выражать все эмоции, которые скрыты в подсознании. Копнув глубже, я обнаружила, что на мои самочувствие и запасы энергии больше всего влияли мои собственные *мысли*.

Наш мозг способен не только исцелить тело, но и спровоцировать заболевание. Истории, которые мы себе рассказываем, влияют на нас сильнее любых препаратов и пищевых добавок. Если вы постоянно говорите о себе: «Я болею. Я на мели. У меня нет времени», то так и будет. Вы просто заведомо настраиваетесь на неудачу и пасуете перед внешними факторами. Пора вернуть контроль над своей жизнью! Ваш разум создал проблему, и он же поможет ее разрешить.

Одна моя ученица на днях заявила, что страдает болезнью Хашимото². Я решила немного надавить на нее: «Кто такой этот Хашимото и откуда у тебя его болезнь?» – шутливо спросила я. Слушательница явно не ожидала такого поворота событий, но, отойдя от краткого ступора, поняла, к чему был задан этот вопрос. В ее глазах я увидела, что девушка ус-

² Болезнь Хашимото – аутоиммунный тиреоидит, тиреоидит Хашимото – хроническое аутоиммунное воспаление щитовидной железы с лимфоцитарной инфильтрацией. – *Прим. пер.*

мнилась в правдивости собственного утверждения. Этого я и добивалась. Некоторые, услышав диагноз один раз, начинают *верить* в него до такой степени, что строят целые истории вокруг недуга, чем только ухудшают самочувствие. Таких людей следует подталкивать к размышлениям. В случае с моей слушательницей хватило одного вопроса. При следующей встрече я едва узнала ее, она стала совершенно другим человеком. Все потому, что она исцелилась, взяв свою историю под контроль. Когда мы меняем собственное *отношение* к себе, изменяется и наше тело.

Некоторые племена описывают разум как сочетание всех историй, которые мы рассказываем себе и окружающим. Согласитесь, довольно интересная точка зрения. Старейшины таких народов говорят, что если в жизни человека что-то не получается, то ему нужно заменить старую историю на новую. Подобно клеткам нашего организма, должен обновляться и разум. Аборигены верят, что замена плохой истории на хорошую позволяет излечиться от любой болезни. Я думаю, они в чем-то правы.

Работая с разными людьми, я обнаружила, что многие из них неправильно используют силу своего разума. Ментальные ресурсы впустую тратятся на истории о неудачах, дефицитах и ограничениях, что лишь подпитывает внутреннего критика. Это вредно для организма! Я научу вас использовать разум мудро, а моя книга поможет в этом. Она раскроет невероятные способности вашего мозга. Как только вы пере-

программируете свои энергетические потоки на оптимальное потребление ресурсов, жизнь заиграет новыми красками. Для этого не нужно далеко ходить, каждому из нас уже доступны самые эффективные инструменты для настройки биополя. Разумеется, я говорю о разуме и намерении. Мы – магнитные существа, способные управлять собственной энергетической системой одной лишь силой мысли.

Я лично убедилась в силе человеческого подсознания. Приведу пример из своей жизни, который продемонстрирует, как мысленно повлиять на свой организм. У меня очень чуткое обоняние. Раньше резкие запахи раздражали меня до головной боли, я даже не могла спокойно пройти мимо отдела с бытовой химией. Если в транспорте рядом со мной садился надушенный пассажир, мне приходилось отсаживаться, чтобы не страдать всю поездку. В один прекрасный момент меня осенило, что в этих ситуациях я всегда отыгрывала роль жертвы. Подсознательно я рассказывала себе историю о том, что эти агрессивные запахи сильнее меня. Такой расклад меня больше не устраивал, и я решила взять ситуацию в свои руки: написала новую историю, используя силу воображения. В моем гардеробе есть шикарная шапка из шерсти альпаки, которая прекрасно согревает голову и защищает от снега во время суровых вермонтских зим. Она-то и вдохновила меня на креативное решение повышенной чувствительности к запахам. Я вообразила, что мое тело окутывает «плазменный мех», отталкивающий молекулы опреде-

ленных ароматов. И это сработало! Представляя, что у меня есть энергетическая защита, я спокойно прохаживаюсь в магазинах мимо рядов со стиральными порошками. С тех пор, как я переписала эту историю, меня не тревожит ни один запах. Если вы встречались с похожими ситуациями, то проанализируйте их. Подумайте, где вы сами делаете из себя жертву. Задайтесь вопросом, оправдано ли такое отношение к самому себе? А затем перестаньте унижать себя такими мыслями, ведь чтобы решить ту или иную проблему, достаточно просто внести правки в свою историю. Станьте автором своей жизни, и вы заметите разницу!

Есть одна практически универсальная история, которая является корнем всех проблем и звучит так: «*Я недостойна*». Но это всего лишь убеждение! Слова и диссонирующие сигналы. Нам надо стремиться очистить разум от подобных ментальных конструкций, чтобы вернуться к состоянию, которое я называю «*заводскими настройками*». Этот термин не только отсылает к аналогии с мобильными телефонами, но емко описывает оригинальное состояние нашей ДНК. В первые годы своей практики я поражалась тому, что находила в биополях клиентов. За скоплением помех в поле каждого человека скрывается источник гармоничного сигнала. И у вас внутри тоже играет эта восхитительная безупречная мелодия. Возможно, кто-то даже слышит ее отголоски, которые периодически пробиваются сквозь заслон из негатива.

Этот сигнал синхронизирован с окружающей Вселенной,

а значит, мы не просто являемся частью природы, мы *и есть* природа. Необузданное природное изобилие – вот кто мы есть на самом деле. По сути, мы просто управляем коллекцией молекул творения. Беда в том, что связи с внутренним источником энергии препятствует так называемое *болевое тело*. Это понятие было введено немецким духовным учителем Экхартом Толле. Болевое тело – это сущность, которая зарождается в теле человека из пережитых травм и негативных эмоций, в том числе унаследованных от наших предков. Со временем она растет и для своей подпитки требует еще больше страданий. Но все не безнадежно! Каких бы размеров ни достигало болевое тело, сколько бы шума ни препятствовало здоровым потокам энергии, гармоничная мелодия никогда не затихает. Я еще ни разу не встречала людей, лишенных внутреннего источника гармонии.

Американский доктор медицинских наук Зак Буш описывает здоровье как «полное единство с мирозданием». Мне нравится это определение. Чистые телом и духом ощущают неразрывную связь с силой, которая нас породила и к которой мы однажды вернемся. Каждый должен стремиться к этому состоянию.

Восстановление «заводских настроек» происходит в несколько этапов. Если вы никогда не занимались очищением биополя, то ваш ментальный «жесткий диск», скорее всего, забит вирусами и устаревшими историями. Я покажу вам, как их удалить. Затем мы перейдем к замене деструктив-

ных подсознательных программ, которые мешают нам почувствовать собственную ценность, внушая чувство вины и несовершенства. Цель – освободить разум от идей и концепций, которые вы неосознанно впитали, не зная, что на вещи можно взглянуть по-другому. Это означает, что мы будем работать с детскими сценариями, а также разбираться, как на нас повлияли родители, образование и социальная среда.

Все мы так или иначе были подвержены внушениям извне. Не мудрено, ведь они оттачивались тысячелетиями. Любые признаки индивидуальности быстро пресекались, и люди превращались в лобстеров, не способных выбраться из кастрюли с кипящей водой. Я здесь для того, чтобы развеять любые сомнения о «духовности», которые отобрали у нас контроль над собственной жизнью.

***Повышайте напряжение,
а не усиливайте вибрацию***

Важное замечание перед тем, как мы продолжим. Когда я говорю о повышении напряжения, то имею в виду не традиционное понятие «повышения вибраций», а нечто совершенно иное. Я предпочитаю вообще не использовать это выражение. Как исследователь звука, я много размышляла о частотах и вибрациях. Еще я внимательно слушаю людей. Важно не только то, *что* они говорят, но и *как* они говорят. Интонация играет ключевую роль. Поэтому, когда я слышу

торжественные рассказы о повышении собственных вибраций, то понимаю, что вероятнее всего человек подразумевает концепцию «возвышения». Согласно ей, мы должны каким-то образом вознести себя надо всем, что не устраивает нас в этом мире. Мы же не хотим испытывать ненависть и стыд, нам нужны только теплые, положительные чувства. Это похвальные намерения, но на практике не всегда получается желаемое. Направляя свою энергию на повышение вибраций, неопытный человек вместо соединения с высшим «я» может случайно выйти из тела, оторваться от земли и воспарить в космос. Неужели мы хотим именно этого?

Люди, пережившие серьезную душевную травму, склонны отстраняться от окружающего мира и своих тел. Их преследуют мысли вроде «*Мир полностью прогнил, эта боль невыносима. Я просто хочу уйти от всего этого как можно дальше*». Психологи называют это *диссоциацией*, а шаманы – *потерей души*. Я часто замечала, как повышение вибраций используется в качестве духовного пути в обход³, что вырабатывает нездоровый шаблон мышления. Понимаю желание абстрагироваться от всего, чтобы заглушить боль, только это не выход. На самом деле лучше не возвышаться, а опускаться. Примите свое чудесное тело, впитайте энергию из земли и сконцентрируйте внимание на том, что происходит здесь

³ Духовный путь в обход – защитный механизм психики, при котором человек использует духовность, чтобы избегать решения эмоциональных проблем и защитить свое эго. – *Прим. пер.*

и сейчас.

На нашем космическом корабле под названием «Земля» нет пассажиров. Каждый из нас – член экипажа, в чьи обязанности входит вклад в общее дело. Мы должны быть открытыми и делиться своими талантами на благо общества. Нам хватает личностей с высокими вибрациями и витающими в облаках головами. Такие люди считают себя выше всего и даже не могут убрать мусор у себя в районе. Учитывая нынешнюю глобальную ситуацию, самое время свистать всех наверх! Нам нужны приземленные люди, которые будут повышать свой энергетический потенциал, выходить на улицу и менять мир так, как благоволят их души. Да и практичнее всего укреплять свои энергетические центры, чем цепляться за высокие вибрации, ведь «самый сок» находится внутри нас. Чуть позже мы рассмотрим приемы концентрации сознания в области вокруг пупка и последующего излучения света из солнечного сплетения во всех направлениях. Это намного круче, чем низкие или высокие вибрации!

Позвольте немного позанудствовать. Вообще-то, неправильно делить вибрации на низкие и высокие! Это бессмысленно даже с лексической точки зрения. Когда это мы решили, что более высокие вибрации каким-то образом предпочтительнее низких? И где находится эта грань? А нигде, потому что весь диапазон частот – неотъемлемая часть мироздания. В наблюдаемой Вселенной существуют невообразимо низкие вибрации. Амплитуда их колебаний составляет

целые световые годы. Почему вы их сторонитесь? Я считаю, тут виноват тот самый шаблон мышления, о котором говорилось выше. Люди автоматически ассоциируют слово «низкий» с чем-то недостаточным, неполноценным. Однако эта логика не всегда применима. Например, чем ниже частота мозговых волн, тем человек спокойнее. Когда монах погружается в глубокую медитацию, ритмы его головного мозга уменьшаются. Но ведь это происходит не оттого, что у них в голове негативные мысли!

Мне кажется, что у нас возникла небольшая путаница с терминами. Когда говорят о «низких вибрациях», то, как я думаю, люди имеют в виду отсутствие *когерентности*. К этому понятию мы еще неоднократно вернемся, ведь оно служит ключом к познанию наших электромагнитных тел. Феномен, который мы описываем как низкие вибрации, на самом деле подразумевает хаотичные колебания. Это шум в сигнале, сбивающий мелодию с ритма. Звуковибрационная терапия нацелена на *очищение* и *настройку* вибраций. В этом и заключается моя работа, я убираю помехи, сопровождающие сигнал, и нахожу уникальную тональность клиента. Разумеется, незаменимым инструментом в настройке биополя является звук. Пение, повторение аффирмаций, чтение мантр, прослушивание музыки – все это положительно влияет на наше электромагнитное тело.

Я часто сталкиваюсь с непониманием окружающих. Некоторые не сразу видят связь между звуком и электричеством.

Как следствие, на занятиях мне часто приходится отвечать на один и тот же вопрос. Какой-нибудь любознательный ученик обязательно поинтересуется, почему я так много говорю об электричестве, когда моя работа, казалось бы, связана со звуком. Прочитав мою книгу, вы поймете, что на самом деле между ними нет никакой разницы. Свет и звук – это волны, вибрирующие на разных частотах. Не буду вдаваться в очень сложный (и до сих пор малоизученный) раздел физики, поэтому расскажу вкратце. Электричество есть во всем, даже в наших телах, а звук напрямую на него влияет. Оба этих явления – не что иное, как вибрации, часть электромагнитного спектра. Они колеблются с разной частотой и влияют друг на друга.

Я обнаружила, что камертон можно использовать как магнит и метроном, чтобы управлять ритмами и потоками электрической системы человека. Он воздействует не только на нервную систему, но и на все тело, поскольку организм передает электрические сигналы. Вспомните, какой прилив сил дают вам любимые музыкальные композиции. Так и хочется сорваться с места и начать танцевать! Это звук заряжает ваше электрическое тело энергией. Он влияет на наше самочувствие в любом виде: щебетание птиц успокаивает, а какофония Таймс-сквер настраивает на сумбурный рабочий день.

Я буду упоминать некоторые инструменты из своей практики, но эта книга не про лечение звуком. Если вы хотите

узнать, как использовать его в терапевтических целях, обратитесь к моей книге *Tuning the Human Biofield*. В ней я детально описываю изобретенный мной метод.

Ключ к здоровью – эффективное решение проблем

Я уже упоминала причину, по которой моя практика достигла успеха. Электрическое мышление – своего рода читкод, который моментально прокачает любого, кто им воспользуется. И это не голословное обещание, мой подход реально работает. Секрет в том, что он открывает новые состояния материи (плазму и эфир) и силы природы (синтропию и легкость). Использование этих дополнительных инструментов значительно упрощает процесс решения проблем.

Электрическое мышление открыло мне глаза на реальное положение дел. Теперь я вижу ловушки, в которые попадают многие. Я – сообразительный лобстер, так как смогла выбраться из кастрюли с кипящей водой и привела свою жизнь в порядок. Проблемы с желудочно-кишечным трактом, хронические боли, расстройство пищевого поведения и разные зависимости, бедность, скандалы в браке – все эти проблемы были решены без стереотипного мышления и традиционной самопомощи. Своим счастьем я обязана только электрическому мышлению и умению управлять эмоциями.

Иногда достаточно просто посмотреть на проблему под другим углом, чтобы осознать: *«Ничего себе, а все оказалось*

так просто!» К вам приходит озарение, что телу всего-то не хватает энергии. Когда вы восполните заряд батареи, встроенный в организм интеллект сам направит ресурсы в места, которые нуждаются в исцелении. В каждом из нас уже есть все необходимое для преодоления любых трудностей. Поверьте в себя. Вы – не жертва. Вы сильны духом и чисты разумом. Вы способны адаптироваться. Избавив свое электромагнитное тело от шума, вы услышите внутренний голос, который направит вас по верному пути. Истинная гармония наступает, когда сигнал чист, а уровень напряжения достаточно высокий.

Помимо теории и инструментов для поддержания электрического здоровья, хочу поделиться с вами базовой схемой решения проблем. Ее можно применять к любым возникающим трудностям в вашем теле, разуме, эмоциях или жизни. Всегда держите эту схему в голове.

Пять шагов для решения любых проблем:

1. Определите проблему. Четко обозначьте и сформулируйте для себя, в чем заключается трудность. Обоснуйте ее важность.

2. Поверьте, что проблему можно решить. На этом шаге мы часто попадаем в тупик. Я нашла способ из него выбраться. Повторяйте за мной вслух: *«Я верю, что эту проблему можно решить»*. Чувствуете, как сразу же появилось волнение? Какие области тела напряглись? Это ваше подсознание показывает места, куда закрались сомнения. По-

здравляю, вы только что самостоятельно выявили очаги помех. Они-то и мешают вам двигаться дальше. Вы должны задействовать все свое существо, чтобы фраза «Я верю, что эту проблему можно решить» резонировала в вашем теле.

3. Искренне пожелайте найти выход. Сохраняйте твердое намерение довести дело до конца. Никуда не отпускайте свое желание решить проблему и выделенные в первом шаге *причины*.

4. Поверьте, что у вас есть все необходимые ресурсы. Вам будет проще найти выход из сложившейся ситуации, если вы убедите себя, что до него рукой подать.

5. Воспользуйтесь этими ресурсами для решения проблемы. Затем переходите к следующей!

Если вас терзают нерешенные проблемы или во время прочтения книги вы обнаружите у себя устаревшую ментальную программу, то не бойтесь применять этот алгоритм. Он действительно работает! Лично я с его помощью научила своих детей быть самодостаточными. Каждый раз, когда они приходили ко мне с жалобами, я отправляла их на поиски средств для решения проблемы. «Вы у меня находчивые. Я верю, что вы справитесь», – говорила я. Ощущая мою моральную поддержку, они самостоятельно находили выход из сложившейся ситуации и позже всегда возвращались ко мне, чтобы рассказать о своих успехах.

Я знаю по себе, как проблемы могут сказываться на здоровье. Поэтому важно уметь эффективно преодолевать труд-

ности, если вы хотите остаться в добром здравии. Так что давайте сразу договоримся, что вы не будете унывать. Жизненные трудности надо преодолевать и ни в коем случае не опускать руки. Слезами горю не поможешь, они приведут лишь к путанице в энергетическом поле и вызовут еще больше страданий. Не загоняйте себя в порочный круг, выпрыгивайте из кастрюли с кипятком! Это вполне достижимая цель, если подойти к ней с умом. Только учтите, что для достижения результата потребуется немало сил. Даже предложенный мной метод не сработает без ваших усилий.

Я понимаю, насколько силен соблазн сидеть и ждать, когда случится чудо, но квантовый скачок из точки А в точку Б происходит не в одночасье. Игра под названием «жизнь» устроена иначе: мы должны последовательно пройти все этапы каждого уровня, решая задачи, которые ему соответствуют, перед тем, как пройти дальше. Невозможно сразу же перейти к счастливому концу. Вместо того чтобы фантазировать о грандиозных целях, которые кажутся невыполнимыми, начните работать с тем, что актуально прямо сейчас. Знайте, что у вас под рукой есть все необходимое, в какой бы ситуации вы ни находились.

Содержание книги

Приглашаю вас отправиться в путешествие, которое откроет для вас новые грани привычного мира, а каждая глава этой книги будет новым этапом пути.

Часть I. «Электрическое мышление». В ней рассказывается об устройстве электрического тела человека и электрической Вселенной, в которой мы живем. Мы рассмотрим взаимосвязь между на первый взгляд непохожими видами энергии и обнаружим, что они не такие уж и разные. Электромагнитные волны, которые поддерживают работу вашего организма и перемещаются между синапсами мозга, также присутствуют в молниях, заряжают смартфоны, питают звезды и галактики. Все это – одна и та же энергия, один и тот же свет, внутри и снаружи, который мы будем исследовать с помощью плазмы и эфира – дополнительных состояний вещества.

Также я поделюсь своей историей, как открыла биополе и создала авторский метод его настройки. Из отчетов о моих исследованиях вы узнаете, что такое энергия, какую роль она играет в человеческом теле и как возникает энергетическое поле, окружающее каждого из нас. Я не изобретаю велосипед, многие эксперты в разных научных сферах описывают то же самое, только на своем языке. Вы получите пред-

ставление об электрической природе нашего биополя, которое без преувеличения можно назвать *разумом*, и научитесь управлять электромагнитными волнами из возникающих у нас эмоций и чувств.

Часть II. «Структура биополя». В ней содержатся практические советы и инструменты для работы с энергетическими центрами и зонами вашего биополя. Мы разберем основные чакры в здоровом и сбалансированном состоянии, самые распространенные энергетические паттерны и эмоциональные блоки, затрудняющие свободную циркуляцию жизненной энергии в организме. Составленная мной карта биополя послужит путеводителем в этом исследовании. Вы увидите, за какие эмоции отвечает та или иная зона, как активируются наши чувства и как ими лучше управлять. Поделюсь инструментами, которые применяю на учениках и клиентах, чтобы избавиться от сопротивлений в энергетических потоках, превратить шум в гармоничную мелодию, хаотичные колебания в когерентные.

Я разработала новую, непривычную на первый взгляд модель человеческого тела и биополя, хотя в ней присутствуют элементы, которые пересекаются с другими системами исцеления. Я не утверждаю, что мой метод является истиной в последней инстанции, лишь делюсь своим личным опытом. Результаты наблюдений раз за разом доказывали свою надежность. Тысячи других людей испытывали мою модель

и приходили к похожим выводам. Не могу утверждать, что эмоции и мысли, которые я сопоставила с той или иной частью биополя, находятся именно там. Мне и моим единомышленникам пока не хватает доказательной базы, однако будущие исследования это исправят. Я уверена в одном – эта модель энергетической системы помогла огромному количеству людей разобраться, что именно стоит у них на пути к счастливой жизни. Надеюсь, она будет полезной и для вас!

Часть I

Электрическое мышление

Глава 1

Мой путь к электрическому здоровью

Вот уже более двух десятилетий я занимаюсь довольно странным делом – управляю энергетическим полем людей с помощью камертонов. Эти акустические «вилочки» также помогли мне составить детальную карту энергетического поля, расположенного на расстоянии 180 сантиметров от физического тела в каждом направлении. В духовных традициях эта зона называется *аурой*, а ученые определяют ее как *биополе*. Камертон – это простой инструмент, который может воспроизвести одну ноту определенной частоты. Я же использую его как своеобразный эхолокатор – подхожу к человеку, направляю на него звук и вслушиваюсь в отраженный сигнал. На этом и построен весь метод настройки биополя, о котором я подробнее расскажу чуть позже в этой главе.

Удивительно, как мое несерьезное хобби со временем превратилось в глобальную организацию с учителями, слушателями и курсами по всему миру. Этого я точно не ожидала, когда в 1996 году впервые взяла в руки камертон. Тогда

я занималась массажной практикой и просто хотела попробовать что-то новое. Не обязательно быть провидцем, чтобы догадаться, как в то время отреагировали консервативные жители глубинки штата Коннектикут. Однако за последнее десятилетие на моих глазах произошло нечто невероятное. То, что в 1990-е годы казалось безумным, постепенно стало повсеместной практикой по мере того, как в целительных свойствах звука убеждались представители как традиционной, так и альтернативной медицины. Популярность моего метода настройки биополя росла в геометрической прогрессии.

Я никогда не планировала стать «целителем», а уж тем более «духовным лидером» в сфере звуковибрационной терапии, но судьба распорядилась именно так. Мой путь к исцелению от детских травм привел к открытию совершенно новой и очень эффективной парадигмы электрического здоровья. Так получилось, что изначально я руководствовалась не самыми благородными принципами. Честно говоря, встать на этот путь меня побудил собственный эгоизм. Я просто хотела стать привлекательной и улучшить свое самочувствие. Осознание, что я могу помочь людям, пришло гораздо позже.

Как все начиналось

В детстве я была хрупкой девочкой небольшого роста. По-

ступив в школу, мне удалось перескочить сразу через два класса, поэтому я стала самой молодой в группе. Одноклассники тут же записали меня в изгои, отчего надо мной часто подшучивали. Но мне было привычно находиться на дне иерархии, ведь я – младший ребенок в многодетной семье. К тому моменту я уже была закалена постоянными драками, щекотаниями и «крапивкой», не говоря уже о язвительных высказываниях от братьев и сестер, которые были старше меня на 6–12 лет. Мне твердили, что я «неженка», что я должна быть как моя сестра (которая была ростом как все остальные) и просто стерпеть все издевательства. Пускай было неприятно, но я научилась притворяться, будто воспринимаю такое отношение как шутку. В семье слабохарактерность и неспособность дать отпор сделали меня «девочкой для битья». Я совершенно не умела отстаивать личные границы, а на любое проявление эмоций мне отвечали «хватит ныть».

Я начала искать способы отстраниться от травли в раннем возрасте, и неудивительно, что мой выбор пал на сахар. Он утешал меня и залечивал душевные раны. В семейном альбоме до сих пор хранится одна неприятная фотография: я лежу на полу кладовки с открытой коробкой мармелада. Тогда мне было всего два с половиной года, а я уже выглядела как раздутый шарик и объедалась до углеводной комы.

Переходный возраст изменил многое в жизни той миниатюрной девочки, которую задирали в школе. В 16 лет я вдруг перестала быть «ботаником». Брекеты были сняты, оч-

ки сменили контактные линзы, а прическа «шапочкой» отросла в длинные роскошные волосы. Ради интереса я решила принять участие в конкурсе красоты «Юная мисс Коннектикут» и, к своему изумлению, заняла второе место и получила титул «Мисс фотогеничность». На церемонии вручения наград меня даже обняла Холли Берри, которая в том году победила в национальном конкурсе красоты. Спустя три года юная «Мисс США» начала свою актерскую карьеру. Но вернемся к моей истории.

Суть в том, что я внезапно стала красивой, а красота, как известно, требует жертв. По крайней мере, нам так говорят. Куда ни глянь, худоба всегда приравнивалась к красоте – в журналах, рекламах, сериалах и фильмах. Будучи наивным подростком, я поверила в пропаганду эталона внешности и была готова пойти на все, чтобы его достичь. На конкурсе красоты были особые требования к участницам. При моем росте 167 см нужно было весить не более 52 килограммов. Но с моими широкими костями такой вес казался недостижимой целью. Более того, я была безнадежно зависима от сахара и углеводов. До конкурса мне удалось затравить себя голодом и сбросить вес с 59 до 56 килограммов, но на большее просто не хватило сил. Пришлось прибегнуть к обману. Да, я солгала организаторам, что мой вес соответствует всем нормам. Не горжусь этим поступком, однако другого выхода я тогда не видела. Это сейчас, сбросив с себя оковы общественных норм, я могу говорить о своем весе без стыда.

Кстати, теперь я снова вешу 59 килограммов и чувствую себя прекрасно!

В 17 лет я устроилась работать в пиццерию. Самостоятельность – это похвально, но работа в таком заведении обернулась для меня катастрофой. Не из-за проблем в коллективе или прочих обыденных причин, а потому что я оказалась в непосредственной близости к мучному. Меня разрывало. С одной стороны, я хотела оставаться худенькой, а с другой – объедаться пиццей. Это сильно сказывалось на моей психике, и спустя несколько месяцев работы я заметила, что стала набирать вес. Худшего кошмара для юной королевы красоты и не придумаешь!

Как-то раз мы с коллегой разговорились на тему худобы и непреодолимого желания объедаться. Она призналась, что испытывает точно такие же проблемы, и поделилась своим решением. По ее словам, лучший выход из подобной ситуации – это булимия. Насильно вызывая рвоту, она могла есть что угодно и не толстеть. Я решила последовать ее примеру и оглянуться не успела, как по своей же вине оказалась в капкане. Свою красоту я сохранила, и со стороны казалось, будто в моей жизни все хорошо, но внутри я разваливалась. Невероятно постыдный и изнуряющий цикл из постоянного переедания и последующей чистки организма сделал мою психику еще более нестабильной.

Когда мне исполнилось 18, я попыталась избавиться от этой губительной привычки, но безуспешно. Это меня насто-

рожило. Я никак не могла понять, что мешает мне просто поменять свой образ жизни. Каждый день я клялась, что перестану, а затем вновь оказывалась над унитазом с пальцами во рту. *«Почему же я не могу остановиться?»* – мысленно кричала я.

Моя мама попыталась помочь, отправив меня к новому семейному врачу, однако на первом же сеансе все пошло наперекосяк. Наша с ним беседа постепенно переросла в спор о природе реальности, после чего он махнул рукой и сказал, что ничем не сможет помочь в столь запущенном случае. Список возможных решений быстро заканчивался, поэтому я обратилась к книгам по самопомощи. Исследования психологии, здоровья, духовности и человеческого потенциала стали моей новой одержимостью. Даже не помню, сколько именно книг я прочитала от корки до корки. Моя домашняя библиотека пополнялась книгами таких авторов, как Уэйн Дайер, Дипак Чопра, Марианна Уильямсон, Тони Роббинс и Наполеон Хилл. Закончив одну книгу, я тут же переключалась на следующую и налегала на них, как на сахар. Теперь я попала в новую зависимость, но чудо так и не свершилось – мое состояние не улучшалось.

Однако кое-что мне все-таки удалось почерпнуть. Спустя два года, множество попыток бросить и сотни прочитанных книг я поняла, что меня запрограммировали на пищевое расстройство. Общество предъявляет женщинам два требования: «будь стройной» и «потребляй». Нам говорят, что без

красоты в этом мире ничего не добиться. Мы должны оставаться стройными, но при этом быть активными потребителями и постоянно тратить деньги на покупки. Булимия прекрасно отвечала этим требованиям. Меня осенило, что мои проблемы – это следствие плохого программирования, и я вздохнула с облегчением. Мне больше не надо было *винить* саму себя. Но как избавиться от заложенных в голову программ? Ведь они сидели в ней так глубоко, что иногда казалось, будто мои руки и рот двигались сами по себе, только ухудшая ситуацию. Я не ощущала, что управляю собственным организмом.

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.