Автор: Administrator
11.07.2008 12:57 -

Данный метод научит вас, как закодировать свой мозг на автоматическое исцеление болезней и травм.
ЭТАП1. Определите, что вы хотите автоматически излечить. Это может быть либо болезнь, либо травма.
ЭТАП2. Решите для себя, как вы поймете, что процесс исцеления идет или уже произошел. Спросите себя: "после того, как болезнь пройдет, что изменится в моих ощущениях?" "Что позволит мне понять, что процесс выздоровления идет?" "Какие видимые изменения или улучшения в ощущениях произойдут, когда болезнь пройдет?"
ЭТАП 3. Подберите только вам присущее ощущение автоматического исцеления. Представьте то, что напоминало бы вам ту болезнь, или ту травму, которую вы хотели бы исцелить, зная при этом, что это возможно исцелить автоматически, без какого-либо вмешательства извне. Выберите то, что может пройти независимо от того, что вы сами при этом делаете, то, что просто не может не произойти. Наиболее простыми примерами могут служить порезы, царапины, простуда.
ЭТАП 4. Вспомните о случае, когда все прошло самом собой, и представьте, что это происходит в НАСТОЯЩИЙ МОМЕНТ (Линия времени!). Обратите внимание, КАК вы представите, что порезались прямо сейчас, зная при этом, что все пройдет само собой.

ЭТАП 5. Установите разницу в кодировании опыта автоматического самоисцеления (этап 4) и вашей болезни или травмы (этап 1). Когда вы представляете себе каждое из них, какая между ними разница? Когда вы думаете о своей болезни, которая не прошла, что возникает у вас в сознании и где именно? Видите ли вы это прямо перед собой, в своем теле или немного в стороне?

Задайте те же самые вопросы и к своему опыту автоматического исцеления (этап 4). Когда вы представляете, что порезались прямо сейчас, где вы видите возникший образ? У большинства людей он обычно возникает совершенно в другом месте. Обратите внимание на все различия в кодировании. Опираясь на свой опыт самоисцеления, можете ли вы сказать, чем та область, где идет процесс заживания, отличается от окружающих ее тканей? Очень важно заметить именно это.
ЭТАП 6. А сейчас превратите свое ощущение "неизлечимости" в ощущение исцеления. Вам предстоит перекодировать свою болезнь или травму точно так же, как ваш мозг закодировал болезни, подлежащие самоисцелению. Отныне вы будете воспринимать свою болезнь или травму, используя тот код, который ваш

мозг автоматически воспринимает как код самоисцеления. Воспользуйтесь при этом информацией, полученной на этапе 5. Затем перенесите ваш ранее неизлечимый опыт в то место, где у вас располагается ваш опыт самоисцеления. Сделайте так, чтобы образ исцеления болезни полностью совпадал с вашим опытом самоисцеления.
ЭТАП 7. Проверьте, что ваша травма или болезнь действительно закодирована на самоисцеление. Еще раз представьте свое ощущение самоисцеления и сравните его с тем, как вы видите свою болезнь или травму. Если вы заметите какие-то различия, - устраните их, приведя эти два образа в абсолютное соответствие.
Сравните не только зрительные, но и слуховые ощущения. Если процесс самоисцеления сопровождется у вас словами или звуками, перенесите их в процесс исцеления болезни или травмы. Постарайтсь, чтобы звуки при этом не менялись и исходили из того же места.
ЭТАП 8. Локализуйте свою временную линию прошлого. Создайте еще один пример автоматического самоисцеления и поместите его в ваше прошлое. Убедитесь в том, что созданное новое воспоминание ничем не отличается от прошлых воспоминаний и является таким же реальным.
ЭТАП 9. Проверьте, не сопротивляетесь ли вы внутренне выздоровлению. Спросите себя: "Не возражает ли какая-нибудь из моих частей автоматическому исцелению?" Если ответ будет "нет" - переходите к следующему этапу. Если ответ будет "да", - задайте вопрос: "Что нежелательного произойдет со мной, если я поправлюсь?" Предположим, что у вас есть важные причины оставаться больным. Например, в детстве на вас обращали внимание, только если вы заболеете. Или вы не можете никому отказать, и болезнь - единственный
способ, чтобы вас оставили в покое. В таком случае вам стОит обратиться к технике работы с позитивными намерениями, которую я опишу позже.
ЭТАП 10. Войдите в контакт со своей внутренней мудростью. Спросите свое подсознание: "Что еще я могу сдлать, чтобы поддержать автоматический процесс самоисцеления?" Обратите внимание, какие за этим вопросом последуют образы, ощущения или мысли. Особенно обратите внимание на то, какие изменения вам следует внести в стиль жизни, чтобы помочь процессу выздоровления. Когда речь идет о каких-то серьезных болезнях, этап полезно повторять ежедневно или еженедельно до тех пор, пока болезнь полностью не пройдет."

из книги Коннире Андреас. Сердце мозга