Лекция вторая

(11.07.2016)

«Главный хранитель здоровья»

**00:03:50** О трех уровнях исцеления (физическом, психологическом, духовном).

**00:05:40** Ремарка о индийском йоге-долгожителе.

**00:09:00** Платформа для исцеления (платформа ученика):

1. Ни одна трудность в мою жизнь не приходит случайно, несправедливо или по ошибке.
2. Все болезни и другие проблемы — это не просто не случайности, это еще и наши уроки, которые дает нам Высшая Сила Любви». И тогда мы уже не жертвы, а благополучатели.
3. Очень важно научиться усваивать эти уроки. Очень важная вещь приходит в процессе практики здорового образа жизни: ты начинаешь понимать, что тело не принадлежит тебе.
4. Установить осознанную связь с Высшим Источником Любви через молитву.

**00:17:55** О видах молитвы:

**00:18:26** 1) «Молитва лентяя»;

**00:20:12** 2) «Молитва невежды»;

**00:21:02** 3) «Молитва наглеца»;

**00:21:53** 4) «Молитва хитреца, или торговца»;

**00:23:05** Уровни ученической молитвы:

**00:23:08** Молитва-покаяние (здесь же — о «молитве Оптинских старцев»);

**00:27:20** «Медитация ученика».

Текст медитации: *Я, здесь и сейчас, от всего сердца принимаю свою болезнь как урок, как справедливость, как милость Высшей Силы Любви, которая несет мне огромное благо. Я, здесь и сейчас, осознаю, что сам посеял семя болезни своими неправильными поступками, мыслями и словами, и болезнь появилась сначала в моем уме, а потом и в теле, и ее горькие плоды очень лечебны для моего сознания и для всей моей жизни. Вкус этих плодов — это вкус моих ошибок, вкус моих отношений с собой и со всеми, кто меня окружает. Я, здесь и сейчас, принимаю все свои уроки с благодарностью, потому что они могут вылечить меня и научить новому здоровому образу жизни на уровне тела ума и духа. Я, здесь и сейчас, от всего сердца хочу выздороветь, а значит, хочу принять уроки, которые дает мне Высшая Сила Любви через эту болезнь. Я осознаю, что меня не наказывают болезнью, меня просто обучают, мне хотят помочь стать лучше и счастливее, мне дают реальную возможность измениться; меня вдохновляют, меня ведут и направляют. И я готов учиться, готов усваивать урок, потому что теперь я не чувствую себя жертвой судьбы. Я — ученик, я учусь в школе жизни. Я, здесь и сейчас, принимаю свой урок, принимаю болезнь как милость Бога ко мне и выражаю искреннюю благодарность за эту заботу. Я сознаю, что не брошен один на один со своей болезнью и никогда не был брошен. Высшая Сила Любви всегда была и есть, и будет со мной. Она любит меня больше всех на свете, Она, здесь и сейчас, общается со мной и передает мне Свое любящее послание: «Я с тобой всегда, Я помогу тебе, Я помогаю тебя прямо сейчас». Все, что мне нужно, чтобы выздороветь телом и духом, это всегда помнить о нашей вечной связи и постоянно опираться на нее, развивая ее через свою молитву и полное доверие. Я, здесь и сейчас, выбираю путь ученика: отныне и всегда во всем, что со мной происходит, я вижу уроки любви, которые дает мне реальность под названием жизнь. Я, здесь и сейчас, от всего сердца принимаю свою болезнь как урок, как справедливость, как милость Высшей Силы Любви, которая несет мне огромное благо, и выражаю огромную благодарность за этот урок, который я принимаю.*

**00:34:54** Молитва — самый мощный инструмент преобразования себя в этой жизни. (Здесь же — рассказ о своем опыте излечения лимфаденита).

**00:37:00** Выход есть абсолютно из любой ситуации <…> исцеление возможно всегда.

**00:37:20** Чем тяжелее болезнь, тем вернее, что начинать нужно именно с духовного уровня.

**00:40:10** О важности роли растяжек для лечения сосудов, нервов, лимфатической системы. (Здесь же — об опыте исцеления мамы Ольги).

**00:43:50** Введение в тему «Главный хранитель здоровья».

**00:47:50** Что такое иммунитет?

**00:48:30** Семь этапов ослабления иммунитета:

1. Состояние общего утомления, общей нехватки энергии.
2. Боли любой локализации, сыпи (периодически), ломкость ногтей, выпадение волос, нарушения сна.
3. Болезни с аномальными выделениями, сыпи (хронического характера), регулярные болезни.
4. Болезни с застоями и различными отложениями: кисты, доброкачественные опухоли, полипы, лишний вес.
5. Болезни с деформациями органов: ревматизмы, артриты.
6. Параличи, аутоиммунные заболевания.
7. Болезни с распадом клеток и органов: различные онкологические и др.

**00:54:10** О иммунитете на трех уровнях — физическом, психологическом, духовном.

**00:56:43** Вопросы для самодиагностики состояние иммунитета на трех уровнях:

**00:56:47** На уровне физического иммунитета:

1. Соблюдаю ли я режим дня?
2. Что я ем?
3. В каком умонастроении я нахожусь, как отношусь к себе и людям?
4. Насколько и как я двигаюсь?
5. Какие принципы очищения я выполняю?

**01:01:28** Укрепление иммунитета с помощью содового слабощелочного раствора.

Конец лекции