



РЕАЛЬНОЕ
ПРОДЛЕНИЕ ЖИЗНИ

ЖИВОТВОРЯЩАЯ



СИЛА

Книга 2

ПОМОГИ СЕБЕ САМ

Георгий СЫТИН



Георгий Сытин

Животворящая сила. Книга 2

«Автор»

2026

Сытин Г.

Животворящая сила. Книга 2 / Г. Сытин — «Автор», 2026

Георгий Николаевич Сытин — ученый с мировым именем, академик, создатель духовной – воспитывающей медицины, возможности которой практически безграничны. С помощью специально разработанных творящих мыслей вы сможете поддерживать великолепное состояние организма и излечивать самые разные недуги, а любовь, светлые чувства и чистые помыслы защитят ваше духовное и физическое здоровье, увеличат продолжительность жизни. В книге представлены эффективные настрои, направленные на оздоровление-омоложение сердца, системы дыхания, желудка, печени, почек и др. С их помощью вы также можете восстановить высокую работоспособность, здоровый дух, избавиться от вредных привычек. Для широкого круга читателей.

© Сытин Г., 2026

© Автор, 2026

Георгий Сытин

Животворящая сила. Книга 2



21. Против курения

Я человек смелый, твердо уверенный в себе, я все могу и ничего не боюсь. У меня сильная воля и твердый характер, и я безгранично владею собой.

Я полностью управляю всем своим внешним поведением и деятельностью своего организма. У меня

сильная воля и твердый характер, и никакие силы в

мире не могут заставить меня делать то, что я считаю вредным. Я абсолютно управляю собой. Курение причиняет моему организму сильнейший вред, ухудшает мое здоровье и сокра-

щает мне продолжительность жизни. Табачный дым содержит яд никотин, который отравляет легочную ткань. Табачный

дым содержит различные вещества, которые оседают на легочной ткани и затрудняют снабжение

организма кислородом.

Из-за курения организм начинает испытывать

недостаток в кислороде, из-за этого снижается ин-

8



Исцеляющие настроения

тенсивность жизнедеятельности всего организма, всего тела. Раздражение в легких вызывает кашель.

Табачный дым ослабляет мои умственные способности, ослабляет память, делает вялым мышление.

Курение ухудшает зрение и слух. Курение ослабляет весь организм, сокращает продолжительность

моей жизни.

Я люблю жизнь, я хочу быть здоровым энергичным человеком. Те люди, которые не могут прекратить курение, сокращают себе продолжительность

жизни. Они раньше времени делают своих детей сиротами. И ответственность за это целиком лежит на

тех, кто не прекратил курение. Я люблю детей, я не

хочу оставлять их в мире сиротами, я буду стараться всегда быть здоровым энергичным-сильным человеком. У меня достанет сил подавить эту вредную

привычку, я в десять раз сильнее, я в сто раз сильнее этой вредной привычки. У меня сильная воля

и никакие силы в мире не заставят меня делать то, что я считаю вредным. Мой организм не переносит

действия табачного дыма. У меня нет потребности

в курении. Мой организм не переносит действия

табачного дыма, у меня нет потребности в курении. От курения у меня возникает скверное самочувствие. Курение вызывает раздражение в легких, возникает кашель. От курения я очень плохо себя

чувствую, возникают головокружение, кашель, головные боли. Я слабею от курения физически и духовно. Против курения восстают все мои духовные

и физические силы. Весь мой организм не переносит

действия табачного дыма. Все силы моей личности

встают против курения. Я чувствую себя в десять, сто раз сильнее этой вредной привычки. Я никогда

не буду курить, и никакие силы в мире не смогут заставить меня продолжать курить. У меня сильная

9



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

воля и твердый характер. Мой организм не переносит действия табачного дыма. От табачного дыма я

кашляю и задыхаюсь, мне не хватает воздуха. Табачный дым отравляет легкие, ухудшает снабжение кислородом всего моего тела, всего организма.

Курение разрушает мое здоровье и сокращает мне продолжительность жизни.

И потому все силы моей личности восстают против курения. Я ненавижу курение сильнейшей лютой ненавистью как злейшего, коварнейшего врага.

Я никогда не буду курить, и никакие силы в мире не могут заставить меня курить. У меня сильная воля и твердый характер, я безгранично владею собой. Я полностью управляю всем своим внешним поведением и всей деятельностью своего организма. Я чувствую себя в десять раз сильней, в сто раз

сильней вредной привычки курения. И я никогда не

буду курить, и никакие силы в мире не могут заставить меня курить. У меня сильная воля и твердый

характер. Я твердо знаю, что если бы все трудности обрушились на меня сразу и неожиданно, им

все равно не сокрушить моей могучей ноли. И потому я ничего не боюсь и смотрю миру в лицо, не

боясь ничего. Среди всех житейских бурь и ураганов непоколебимо стою, как скала, о которую все

сокрушается.

Я никогда не буду курить. Я чувствую себя в десять раз сильной, и сто раз сильней привычки к курению. Мой организм не переносит действия табачного дыма. Все силы организма восстают против курения. И табачный дым мне становится неприятен.

Даже запах табака мне неприятен. И даже вспоминать не хочу о курении. Одно воспоминание о курении вызывает у меня плохое самочувствие. Мой организм не переносит действия табачного дыма.

10



Исцеляющие настроения

Я люблю жизнь, я хочу быть здоровым-крепким энергичным человеком, и потому я никогда не буду курить. Я никогда не буду курить, и никакие силы

в мире не могут заставить меня продолжать курение. Когда другие люди будут курить, то я не буду

обращать на это ни малейшего внимания, но если я сам закурю, то табачный дым будет отравлять мой организм, я буду кашлять и задыхаться от курения.

От курения слабеет слух, слабеет зрение, слабеет память, курение ослабляет все мои умственные

способности, разрушает мое здоровье. И потому

я ненавижу курение, ненавижу как коварнейшего своего врага. Я ненавижу курение сильнейшей

лютой-злой ненавистью как коварнейшего, подлейшего своего врага. Я никогда не буду курить, я

чувствую в себе могучие силы, я чувствую себя в

десять раз сильней, в сто раз сильней, я чувствую

себя уже в тысячу раз сильней вредной привычки к

курению. Я ненавижу курение сильнейшей люттой-злой ненавистью как коварнейшего, подлейшего

своего врага.

Никакие силы в мире не могут заставить меня

курить. Я человек сильный и смелый. Я все смею, все могу и ничего не боюсь. Весь мой организм мобилизует все свои силы, все свои безграничные возможности для исполнения моего желания. Я не хочу

курить, и потому от курения я буду кашлять и задыхаться, от курения будет возникать такой сильнейший зуд в носу, как будто нос начали сверлить

тысячью сверл. От курения я буду кашлять и задыхаться. От курения меня мутит, тошнит, от курения

я испытываю такой ад, какого и словами описать невозможно. Весь мой организм мобилизует все свои

силы, все свои безграничные возможности для исполнения моего желания, на борьбу с этой вредной

II



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

привычкой и потому у меня нет потребности в курении. Мне даже вспоминать о курении противно.

Мне даже вспоминать о курении противно. Даже

запах табака мне неприятен. Мне очень неприятен

запах табака. Я ненавижу запах табака. Я и вспоминать о нем не хочу. Я сильно ненавижу табак.

Я ненавижу табак сильнейшей люттой-злой ненавистью. Я никогда не буду курить, и никакие силы

в мире не могут заставить меня курить. Я человек

сильный, у меня огромные духовные силы, сильная

воля. Я чувствую себя в сто раз сильней, в тысячу

раз сильнее этой вредной привычки, и я никогда не буду курить. И никакие силы в мире не могут заставить меня курить. Курение ушло в прошлое. Курение целиком ушло в прошлое. Я и вспоминать о нем не хочу. Я теперь буду здороветь и крепнуть, я никогда не буду курить и с каждым днем, с каждым часом буду здороветь и крепнуть. Я победил курение, я в тысячу раз сильнее курения. И все мое существо наполняется радостью победы над этой привычкой. И теперь весь мой организм оживает, я весь наполняюсь радостью жизни. В моей душе цветет весна, и солнечная радостная улыбка жизни наполняет все мое существо без остатка. У меня теперь прекрасное самочувствие и веселое жизнерадостное настроение. Курение навсегда ушло в прошлое, и я теперь чувствую прилив новых сил. Я чувствую, как я весь здоровею и крепну. Весь организм наполняется все новой и новой энергией.

Я здоровею и крепну. Весь организм наполняется все новой и новой силой. И потому все тело мне кажется легким-невесомым, походка легкая-быстрая, хожу, будто на крыльях летаю, не чувствуя тяжести тела. Во всем теле приятная свежесть и бодрость, в голове светло, легко-легко, голова легкая, как не-

12



Исцеляющие настроения. Я весь оживаю, все тело живет радостной полнокровной здоровой жизнью. Я весь наполняюсь первозданным несокрушимым здоровьем. Нервы крепкие-стальные. У меня сильная воля и твердый характер.

22. На оздоровление системы дыхания

В дыхательные пути, в легочную ткань, в плевру

вливается вновь родившаяся новая-новая быстро-энергично развивающаяся огромной-колоссальной

силы новорожденная жизнь. В дыхательные пути, в легочную ткань, в плевру вливается огромная-колоссальная омолаживающая новорожденная

сила. В дыхательные пути, в легочную ткань, в плевру вливается колоссальная, вновь родившаяся новорожденная энергия развития. Колоссальная сила

жизни, новорожденной жизни вливается во всю систему дыхания. Вся система дыхания сейчас-сейчас, в одно мгновение рождается новорожденно-свежая, новорожденно-цельная, энергичная-здоровая, несокрушимо здоровая.

Бурно-бурно развивающаяся новорожденная

жизнь вливается во все ткани носоглотки, в область носоглотки вливается бурно-бурно развивающаяся новорожденная жизнь, в носоглотку

вливается огромной-колоссальной силы новорожденная жизнь, в носоглотку вливается огромной-колоссальной энергии новорожденная жизнь.

В области носоглотки все ткани, все тело с каждой секундой становится сильней-энергичней, сильней-энергичней, сильней-энергичней. Колоссальная энергия, колоссальная энергия, энергия развития вливается в железы, колоссальная-

13



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

колоссальная энергия жизни вливается в железы, бурно-бурно развивающаяся новорожденная жизнь

вливается в железы. Во все ткани носоглотки вливается бурно-бурно развивающаяся новорожденная

жизнь, во все ткани носоглотки вливается огромная-колоссальная сила жизни, во все ткани носоглотки

вливается огромная-огромная-колоссальная сила

жизни. В области носоглотки все ткани, все ткани

рождаются, сейчас-сейчас рождаются энергичные-сильные, энергичные-сильные, с каждой секундой все

ткани носоглотки становятся сильней-энергичней, сильней-энергичней, сильней-энергичней, в области носоглотки все ткани рождаются, сейчас-сейчас

рождаются новорожденно-здоровые, первозданно

здоровые, энергичные-сильные.

Все горло рождается новорожденно-здоровое, новорожденно-здоровое, первозданно здоровое. На

самом сильном морозе несокрушимо здоровое, несокрушимо здоровое горло, на самом сильном морозе горло первозданно здоровое, первозданно

здоровое. Я могу кушать мороженое, могу пить хо-лодную воду — в области горла легко-спокойно, легко-спокойно в области горла. Все системы организма работают с огромной мощностью для оздоровления горла. Кушаю мороженое — все системы

организма работают с огромной мощностью для

оздоровления горла, кушаю мороженое — в горле

здоровеют-крепнут, здоровеют-крепнут-крепнут

нервы. В области горла здоровеют-крепнут, здоровеют-крепнут нервы. В нервы, в нервы носоглотки вливается стальная крепость, стальная

крепость, стальная крепость вливается в нервы носоглотки, стальная крепость, стальная крепость, стальная крепость — в нервы носоглотки, стальная крепость, стальная крепость вливается в не-

14



Исцеляющие настрои

рвы носоглотки. В носоглотке здоровеют-крепнут, здоровеют-крепнут нервы, в носоглотке рождаются

крепкие-крепкие-здоровые-стальные нервы. В нервы, в нервы горла стальная крепость, стальная крепость вливается в нервы. В горле крепкие-стальные, крепкие-стальные нервы. Родается первозданно

здоровое, несокрушимо здоровое, несокрушимо

здоровое горло, энергичное-сильное, энергичное-сильное-здоровое горло.

Во всей области носоглотки-горла все тело

новорожденно-свежее, новорожденно-свежее, первозданно здоровое. Гланды новорожденно-свежие, новорожденно-свежие, железы рождаются

новорожденно-свежие, новорожденно-здоровые, железы рождаются новорожденно-свежие, ново рожденно-свежие, новорожденно-здоровые. В железы

вливается огромная-колоссальная энергия, в железы

вливается колоссальная новорожденная оздоравливающая сила, новорожденная оздоравливающая

сила вливается в железы. Мои железы рождаются

энергичные-сильные, энергичные-сильные, колоссальная сила жизни, колоссальная сила жизни вливается в мои железы.

Железы рождаются, сейчас-сейчас навсегда-навсегда рождаются энергичные-сильные, энергичные-сильные. Все ткани, все ткани в области желез

рождаются новорожденно-здоровые, новорожденно-свежие, новорожденно-энергичные, новорожденно-энергичные. Вся носоглотка рождается новорожденно-энергичная, новорожденно-энергичная, новорожденно-сильная. Во всей области носоглотки все ткани рождаются новорожденно-энергичные, новорожденно-энергичные.

В нервы, в нервы носоглотки-горла стальная

крепость, стальная крепость, стальная крепость

15



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2
вливается в нервы носоглотки-горла. В носовых ходах здоровеют-крепнут, здоровеют-крепнут нервы. В нервы носа, в нервы носа, в нервы носа стальная крепость в нервы носа, во всей области носа здоровеют-крепнут нервы, во всей области носа рождаются, навсегда рождаются крепкие-здоровые-стальные нервы, крепкие-здоровые-стальные молодые нервы.

Вновь родившаяся новая-новая быстро-энергично развивающаяся огромной-колоссальной силы

новорожденная жизнь вливается в носовые ходы, вливается в носоглотку, бурно-бурно развивающаяся новорожденная жизнь вливается в мои железы, в горло, в горло вливается бурно-бурно развивающаяся новорожденная жизнь. Мое горло рождается

новорожденно-сильное, новорожденно-энергичное, в области горла все тело рождается новорожденно-свежее, новорожденно-энергичное, энергичное-сильное, несокрушимо здоровое новорожденно-юное тело.

В области горла-груди все тело рождается новорожденно-юное, прекрасное гладкое-крепкое бело-розовое тело. В области горла все тело рождается

крепкое-крепкое, как натянутый барабан, крепкое-упругое юное тело, гладкое-гладкое-полированное

бело-розовое прекрасное юное тело.

Во все дыхательные пути вливается бурно-энергично развивающаяся новорожденная жизнь, огромной-колоссальной силы новорожденная

жизнь вливается во все мои дыхательные пути. Новорожденная жизнь сейчас-сейчас навсегда-навсегда

рождает мои дыхательные пути новорожденно-свежие, новорожденно-свежие, новорожденно-здоровые, первозданно здоровые.

16



Исцеляющие настроения

Дыхание легкое-легкое, легкое-свободное дыхание. Легко-свободно дышит молодая грудь, свободное беззвучное-неслышное дыхание. Бурно-бурно

развивающаяся новорожденная жизнь вливается

во все мои дыхательные пути.

Во всю мою легочную ткань вливается бурно-бурно развивающаяся новорожденная жизнь, во

все клетки легочной ткани вливается бурно-бурно

развивающаяся новорожденная жизнь. Все клетки, все клетки легочной ткани новорожденная

жизнь навсегда-навсегда рождает новорожденно-энергичные, новорожденно-развивающиеся, энергичные-энергичные, энергичные-сильные.

Огромная-колоссальная сила жизни вливается во все клетки легочной ткани. Бурно-бурно

развивающаяся новорожденная жизнь вливается во всю мою легочную ткань. Новорожденная

жизнь сейчас-сейчас рождает всю мою легочную

ткань новорожденно-цельную, новорожденно-цельную, вся легочная ткань сейчас-сейчас рождается новорожденно-цельная, новорожденно-цельная, энергичная-сильная. Вся легочная ткань

сейчас-сейчас рождается новорожденно-здоровая, новорожденно-здоровая, первозданно здоровая.

Во все клетки легочной ткани вливается огромная-колоссальная сила жизни, во все клетки вливается

огромная-колоссальная энергия развития, ново-рожденного развития колоссальная энергия вливается во все клетки легочной ткани. Колоссальная энергия развития, энергия развития вливается

во все клетки легочной ткани. Всю мою легочную

ткань наполняет колоссальная энергия развития.

Новорожденная жизнь навсегда-навсегда рождает

новорожденно-здоровую, новорожденно-здоровую

легочную ткань.

17



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает новорожденно-свежие, новорожденно-свежие, новорожденно-цельные, новорожденно-цельные
несокрушимо здоровые сильные легкие. Новорожденная жизнь рождает энергичные-сильные, энергичные-сильные легкие.

Новорожденная жизнь всю систему дыхания

рождает новорожденно-свежую, новорожденно-свежую. Вся система дыхания сейчас-сейчас рождается новорожденно-свежая, новорожденно-цельная, энергичная-сильная, энергичная-сильная, рождаются несокрушимо здоровые, несокрушимо здоровые легкие. Рождается несокрушимо здоровое горло, рождается несокрушимо здоровая

носоглотка. Вся система дыхания сейчас-сейчас

рождается несокрушимо здоровая, несокрушимо здоровая. Всю систему дыхания наполняет

огромная-колоссальная новорожденная оздоравливающая сила, всю систему дыхания наполняет

огромная-колоссальная новорожденная сила, новорожденная сила наполняет всю систему дыхания. Новорожденная жизнь всю систему дыхания

рождает новорожденно-сильную, новорожденно-сильную, несокрушимо здоровую.

Рождается несокрушимо сильная, несокрушимо сильная молодая грудь, рождается несокрушимо сильная, несокрушимо сильная молодая грудь.

Я могу идти предельно быстрым шагом часами напролет, дышится легко-свободно, легко-свободно.

Легко-свободно, легко-свободно дышит молодая

грудь, легкое-свободное, неслышное-беззвучное

дыхание. Новорожденная жизнь рождает несокрушимо сильную, несокрушимо сильную молодую грудь. Во всю мою грудь вливается огромная-колоссальная сила жизни, рождается несокруши-

18



Исцеляющие настрои

мо сильная, несокрушимо сильная молодая грудь.

Огромная-колоссальная сила жизни, огромная-колоссальная сила жизни вливается в мою грудь.

Во всей области грудной клетки все тело рождается энергичное-сильное, новорожденно-юное, прекрасное гладкое-полированное бело-розовое тело.

В область горла вливается колоссальной силы

новорожденная жизнь, во все внутренние органы
в области горла вливается быстро-энергично развивающаяся огромной-колоссальной
силы новорожденная жизнь. В область горла все внутренние
органы сейчас рождаются новорожденно-свежие, новорожденно-энергичные. Все внут-
ренние органы в области горла работают веселей-энергичней, веселей-энергичней. Все внут-
ренние органы в области горла идеально правильно, идеально правильно выполняют в орга-
низме все свои функции. Все
внутренние органы в области горла живут здоровой
радостной-счастливой жизнью.

23. На общее оздоровление сердца

У меня молодое-здоровое сердце. Все кровеносные сосуды внутри самого сердца вечно-
постоянно

полностью раскрыты по всей своей длине. Все кровеносные сосуды внутри самого сердца
вечно-постоянно полностью раскрыты по всей своей длине. Я стараюсь как можно ярче пред-
ставить, о чем

идет речь. Все кровеносные сосуды и самые крупные кровеносные стволы внутри сердца,
и средние

кровеносные сосуды, и тончайшие микроскопически тонкие кровеносные сосуды-капил-
ляры — все

кровеносные сосуды внутри сердца полностью раскрыты по всей своей длине.

19



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

Внутри сердца свободное, абсолютно свободное кровообращение. И поэтому в области
сердца приятное чувство беспредельной-безграничной
свободы.

Все нервы в области сердца спокойны-здоровы.

В области сердца приятная легкость, спокойствие.

У меня молодое-здоровое сердце. Все кровеносные сосуды внутри самого сердца вечно-
постоянно

полностью открыты по всей своей длине.

Все кровеносные сосуды внутри самого сердца

вечно-постоянно равномерно раскрыты по всей своей длине. Внутри самого сердца сво-
бодное, абсолютно свободное кровообращение. И моя молодая здоровая кровь вечным быст-
рым-свободным потоком

течет по всем кровеносным сосудам самого сердца, и постоянно-вечно начисто промы-
вает сердце, и все

лучше и лучше питает сердце. Все, что нужно сердцу

для жизни, работы и восстановления сил, все кровь

несет ему в избытке. И молодое сердце нежится в

чистоте и довольстве. Нежится молодое сердце в чистоте и довольстве. А моя молодая
здоровая кровь

вечно-начисто промывает сердце. Сердце вечно первозданно чистое, новорож-
денно-чистое.

Моя молодая здоровая кровь вечно-начисто
промывает сердце и несет в избытке сердцу полноценное питание. Молодое сердце
нежится в чистоте
и довольстве. Отдыхает молодое сердце. Отдыхает
молодое сердце, нежится в чистоте и довольстве.
Накапливает сердце молодую-здоровую энергию, зреют в юном сердце могучие силы,
увеличивается
запасная сила сердца. С каждым днем, с каждым часом сердце накапливает все больше и
больше молодой энергии. Непрерывно увеличивается запасная-резервная сила сердца. Непре-
рывно увеличивается
запасная-резервная энергия сердца. И при надоб-

20



Исцеляющие настрои
ности сердце может работать с огромной энергией, с огромной мощностью. Я часами
напролет могу
бежать или идти быстрым шагом, и при этом сохраняется ровное, усиленное, но ровное
дыхание.

У меня молодое здоровое сердце. Сердце работает с огромной внутренней устойчиво-
стью. Внутренняя устойчивость в десять раз сильнее, в сто раз
сильней всех вредных влияний внешней среды. Я стараюсь как можно глубже понять и
до конца осмыслить, о чем идет речь. Внутренняя устойчивость работы сердца в десять раз
сильней, в сто раз сильней
всех вредных воздействий внешней среды.

И поэтому сквозь все трудности и невзгоды
жизни сердце продолжает работать непоколебимо устойчиво, ритмично. Сквозь все труд-
ности и невзгоды жизни сердце продолжает работать устойчиво правильно. Непоколебимо
сохраняется устойчиво ритмичный пульс. Ритмичный пульс — значит
все промежутки времени между ударами пульса
точно одинаковы. Устойчиво ритмичный пульс —
значит сквозь быстрый шаг или бег, сквозь физическую работу все промежутки времени
между ударами пульса абсолютно одинаковы. Сквозь тяжелую
физическую работу непоколебимо сохраняются
одинаковые промежутки времени между ударами
пульса. У меня молодое-здоровое сердце. Пульс
устойчиво ритмичный — 72 удара в минуту. Я стараюсь как можно ярче представить, о
чем идет речь.

Пульс устойчиво ритмичный — 72 удара в минуту.

Все промежутки времени между ударами пульса
точно одинаковы. Все промежутки времени между
ударами пульса точно одинаковы.

Сквозь различные трудности, сквозь физическую работу все промежутки времени между
ударами пульса остаются точно одинаковыми. Я стараюсь

21



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2
как можно ярче представить, о чем идет речь. У меня
молодое-здоровое, устойчиво здоровое сердце. Все
промежутки времени между ударами пульса сквозь
напряженную физическую работу остаются точно
одинаковыми. Все удары пульса большой, одинаково нормальной силы. Все удары пульса
большой, одинаково нормальной силы молодого здорового
сердца.

Головной-спинной мозг с огромной-колоссальной устойчивостью правильно управляет
работой

сердца. Я стараюсь как можно ярче представить, о
чем идет речь. Головной-спинной мозг с огромной-колоссальной устойчивостью пра-
вильно управляет

работой сердца. И потому сквозь все необычные
нагрузки, сквозь очень длительное пребывание в
очень жаркой парной, сквозь длительную физическую работу, сквозь длительный быст-
рый бег или

быструю ходьбу сердце непоколебимо продолжает
работать устойчиво нормально и непоколебимо сохраняется нормальный пульс — 72
удара в минуту.

Все промежутки времени между ударами пульса
остаются точно одинаковыми. Все удары пульса
большой, одинаково нормальной силы молодого
здорового богатырского сердца.

У меня молодое-здоровое сердце. Тоны сердца ясные, чистые, нормальной высоты, нор-
мальной громкости молодого здорового сердца. Сердце

непрерывно-постоянно днем и ночью восстанавливает первозданную молодую-юную све-
жесть. Все

мышцы постоянно восстанавливают первозданную

молодую-юную свежесть, юную звонкость, и потому тоны сердца постоянно днем и ночью
высокие ясные чистые, нормальной юной высоты, нормальной громкости. Молодые-юные тоны
здорового молодого-юного сердца.

22



Исцеляющие настроения

У меня молодое-здоровое-крепкое сердце. Все
промежутки времени между ударами пульса точно
одинаковы. Все удары пульса большой, одинаково

нормальной силы.

Я упорнейшим образом стараюсь учиться подавлять все свои сомнения в том, что у меня молодое-здоровое сердце. Я стараюсь беспрдельно верить в то, что у меня молодое-здоровое сердце.

Постоянно, непрерывно сердце восстанавливает первозданную юную свежесть, накапливает все

больше и больше молодой энергии. В моем сердце снова рождается молодая-юная энергичная жизнь.

В моем сердце рождается молодая-юная энергичная жизнь. Непрерывно увеличивается запасная

сила сердца, и работать сердцу становится все легче и легче. Сердцу становится работать совершенно

легко, абсолютно легко. И поэтому в области сердца приятное чувство покоя и легкости. На сердце легко, легко, легко-свободно. В области сердца приятно-спокойно. Дышится легко-свободно.

Здоровеет-крепнет сердце. Непрерывно днем и ночью здоровеет-крепнет сердце, становится все

более и более сильным. Молодое-здоровое богатырское сердце легко-шутя гонит кровь по всему

телу. Молодое-богатырское сердце легко-шутя, с молодецкой удалью гонит кровь по всему телу.

Здоровеет-крепнет сердце. С каждым днем, с каждым часом здоровеет-крепнет сердце.

Все кровеносные сосуды во всем теле вечно-постоянно, одинаково-равномерно раскрыты по

всей своей длине. И моя молодая здоровая кровь вечным быстрым-свободным потоком течет по всем

кровеносным сосудам и постоянно-непрерывно, начисто промывает все кровеносные сосуды. Моя

молодая-юная здоровая-энергичная кровь начисто

23



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

смывает со всех стенок кровеносных сосудов все отложения солей, все продукции обмена. Все кровеносные сосуды первозданно чистые, новорожденно-чистые. Я стараюсь как можно ярче представить, о

чем идет речь. Во всем теле все кровеносные сосуды первозданно чистые. Во всем теле все кровеносные сосуды первозданно чистые. Новорожденно-чистые

все кровеносные сосуды. И моя молодая-юная здоровая кровь вечным быстрым-свободным потоком

течет по всем кровеносным сосудам, постоянно-вечно, начисто промывает все кровеносные сосуды

и восстанавливает первозданную юную свежесть всех кровеносных сосудов сердца.

Все кровеносные сосуды первозданной юной свежести, гладкие-ровные. Все кровеносные сосуды молодые-энергичные, как у здорового молодого человека. Моя молодая-юная здоровая кровь непрерывно восстанавливает первозданную юную свежесть всех кровеносных сосудов и наполняет все кровеносные сосуды молодой-юной жизненной энергией. И потому все вены все сильнее и энергичней проталкивают кровь к самому сердцу. Я стараюсь как можно ярче представить, о чем идет речь.

Моя молодая-юная здоровая кровь постоянно-непрерывно восстанавливает первозданную юную свежесть всех кровеносных сосудов и наполняет все кровеносные сосуды все новой и новой молодой-юной жизненной энергией. И поэтому все вены с каждым днем все сильнее и энергичней проталкивают кровь к сердцу, облегчая сердцу работу и улучшая общее кровообращение во всем теле, во всем теле, во всем организме.

Во всем теле от темени до кончиков пальцев рук и ног свободное, абсолютно свободное кровообращение. И потому во всем теле приятное

24



Исцеляющие настроения чувство безграничной-беспредельной свободы. Все тело кажется легким-невесомым. Походка легкая-быстрая. Хожу, как на крыльях летаю, не чувствую

тяжести тела. Молодое-здоровое богатырское сердце легко-шутя, с огромной силой гонит кровь по всему телу. Молодое-здоровое богатырское сердце с молодецкой удалью гонит кровь по всему телу и наполняет меня все новой и новой молодой-юной энергией. Энергия бьет ключом, все время хочется что-то делать, работать. Непрерывно увеличивается моя умственная и физическая работоспособность.

Здоровеет-крепнет сердце. Непрерывно увеличивается запасная-резервная сила сердца. И при надобности сердце может работать с огромной мощностью.

Молодое богатырское сердце работает с огромной-колоссальной внутренней устойчивостью.

Головной мозг все энергичней и сильнее не пропускает в сердце никаких вредных влияний внешней

среды, никаких волнений. Сердце живет и работает под вечной защитой головного мозга. Я стараюсь как можно ярче представить, о чем идет речь.

Головной мозг с каждым днем все сильнее и энергичней не пропускает в сердце никаких вредных

влияний внешней среды, никаких волнений. Сердце живет и работает под вечной защитой головного

мозга. Сердце живет под защитой головного мозга здоровой полнокровной жизнью. Моя молодая-юная здоровая-энергичная кровь вечным быстрым-непрерывным потоком течет по всем кровеносным

сосудам внутри самого сердца и постоянно-вечно
начисто промывает сердце. И потому сердце внутри
постоянно-вечно первозданно чистое.

Кровь несет в избытке полноценное питание сердцу. Все, что нужно сердцу для энергичной работы, жизни и непрерывного-постоянного

25



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

восстановления сил, восстановления первозданной юной свежести, все кровь несет ему в избытке.

И молодое-здоровое сердце крепнет с каждым днем
и увеличивает свою внутреннюю устойчивость. Внутренняя устойчивость работы сердца
в десять раз

сильней, в сто раз сильней всех вредных влияний
внешней среды. И потому сквозь все трудности и
невзгоды жизни сердце продолжает работать непоколебимо устойчиво.

Сквозь любые трудности, сквозь тяжелую физическую работу непоколебимо сохраняется
нормальный, устойчиво ритмичный пульс — 72 удара

в минуту. Все промежутки времени между ударами
пульса точно одинаковы. Я стараюсь как можно

ярче представить, о чем идет речь. Сквозь тяжелую физическую работу, все промежутки
времени между ударами пульса непоколебимо остаются

точно одинаковыми. Все удары пульса одинаково
большой нормальной силы молодого здорового богатырского сердца.

Сквозь все трудности жизни, сквозь тяжелую

физическую работу сердце непоколебимо продолжает работать устойчиво нормально.

Пульс устойчиво ритмичный — 72 удара в минуту. Тоны сердца ясные-чистые, нормальной
высоты, нормальной

громкости.

Кровяное давление устойчиво-стабильно нормальное — 120/80.

Молодое-юное здоровое-крепкое сердце. У меня

молодое-юное, неутомимое здоровое сердце. С каждым днем, с каждым часом здоровеет
сердце, накапливает все больше и больше молодой энергии.

С каждым днем сердце становится все более сильным, все более мощным. Непрерывно
увеличивается

запасная сила сердца. Непрерывно увеличивается

26



Исцеляющие настрои
запасная-резервная сила сердца. И при надобности
сердце может работать с огромной мощностью.
У меня молодое-здоровое сердце. С каждым
днем, с каждым часом здоровеет-крепнет сердце.
Здоровый румянец во все щеки становится все ярче
и ярче. С каждым днем, с каждым часом здоровеет-крепнет сердце. Молодой здоровый
румянец во все
щеки становится все ярче и ярче.
С каждым днем я становлюсь все более и более
энергичным человеком. Непрерывно увеличивается
моя умственная и физическая работоспособность.
И потому в конце рабочего дня я чувствую себя
таким же свежим, неуставшим, полным сил и энергии, как утром при пробуждении, как
будто я и не
работал совсем.
У меня молодеющее крепнущее сердце. Молодое-юное здоровое-богатырское сердце. У
меня неустойчивое молодое-юное здоровое сердце. Молодое
неустойчивое богатырское сердце. Молодое-юное
сильное сердце с молодецкой удалей гонит кровь
по всему телу и наполняет меня все новой и новой
молодой-юной жизненной энергией. И потому я
весь наполняюсь торжеством молодой-юной жизни. Здоровеет-крепнет сердце. Я весь
наполняюсь радостным победным торжеством молодой-юной жизни. Здоровеет-крепнет
сердце. Я весь наполняюсь
радостным победным торжеством молодой-юной
жизни. Во мне снова рождается юная энергичная
жизнь.
С каждым днем я становлюсь все более здоровым, все более крепким человеком. Мое
здоровье с
каждым днем становится все более и более устойчивым.
Сквозь все вредные влияния внешней среды я продолжаю здороветь-крепнуть. Сквозь
все вредные

27



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2
влияния внешней среды, сквозь все невзгоды жизни мое сердце продолжает здоро-
веть-крепнуть и

накапливать все больше и больше молодой-юной
жизненной энергии. У меня молодое-здоровое богатырское сердце.

Во мне все быстрее и быстрее снова рождается-развивается энергичная юная жизнь. В
моем сердце все быстрее и быстрее рождается-развивается

юная энергичная жизнь. Я весь наполняюсь радостным победным торжеством быстро
развивающейся

энергичной жизни.

24. На омоложение сердца

Вновь родившаяся новая-новая здоровая, бурно-бурно развивающаяся новорожденная
жизнь вливается в мое сердце. Бурно-бурно развивающаяся новорожденная жизнь вливается
в мое сердце.

Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает
быстрое-энергичное, бурно-бурно развивающееся
сердце. Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает быстрое-энергичное, бурно-бурно
развивающееся сердце.

Каждую секунду в сердце рождаются новые
силы. Новые здоровые силы рождаются и сердце.

А молодая кровь веселым-радостным, веселым-радостным потоком, веселым-радостным
потоком

промывает-промывает молодое сердце.

Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает новорожденное полное кровообращение
внутри

сердца. Сейчас-сейчас рождается новорожденно-полное, новорожденно-полное, ново-
рожденно-свободное кровообращение внутри сердца. Кровь
все более широким потоком, как река в половодье,

28



Исцеляющие настроения

кровь все более широким-широким-свободным потоком течет внутри сердца. Внутри
сердца рождается новорожденно-полное, новорожденно-полное, полное, свободное-веселое
кровообращение. А кровь веселым-радостным, стремительным

свободным-радостным потоком течет внутри сердца, промывает-промывает молодое
сердце, вымывает-вымывает из сердца все соли, все шлаки, все продукты обмена. Новорож-
денная жизнь днем и ночью, постоянно промывает-промывает-промывает

все сердце, вымывает-вымывает из сердца все соли, все шлаки, все продукты обмена.
Новорожденно-чистое, новорожденно-чистое рождается сердце.

Новорожденно-чистое, новорожденно-чистое рождается сердце. Кровь несет сердцу в
избытке прекрасное полноценное питание. Все, что сердцу нужно для жизни, работы, непре-
рывного омоложения, все кровь несет ему в избытке. В полном довольстве

оживает-оживает, здоровеет-крепнет молодое сердце. Богатырская сила рождается в
сердце.

Новорожденная бурно развивающаяся жизнь

вливается в сердце. Новорожденное быстрое развитие, новорожденное быстрое развитие
вливается

в сердце. Новорожденное быстрое развитие, новорожденное быстрое развитие вливается в сердце.

Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает новорожденно-юное, быстро развивающееся, новорожденно-юное, быстро-бурно развивающееся сердце. С каждой секундой в сердце рождаются

новые силы. Здоровые силы рождаются в сердце.

Новорожденная жизнь рождает богатырское могучее молодое сердце, несокрушимо сильное, несокрушимо крепкое молодое сердце. Новорожденная

жизнь рождает полнокровную-полнокровную здоровую жизнь сердца. Полнокровной-полнокровной

29



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

веселой-радостной здоровой жизнью живет молодое сердце. Новорожденная жизнь рождает новорожденно-юное, новорожденно-юное, бурно развивающееся здоровое-здоровое нетронутое сердце. Новорожденная жизнь рождает бурно-бурно развивающееся новорожденно-юное, здоровое-здоровое нетронутое сердце. Мое

новорожденно-юное, новорожденно-юное здоровое нетронутое сердце.

Новорожденная жизнь рождает идеально правильную, идеально правильную работу сердца. Новорожденная жизнь рождает идеально правильную, идеально правильную работу сердца. Рождается здоровый правильный ритмичный пульс — 72, 72 удара в минуту. Все удары пульса одинаковой

нормальной силы молодого сердца. Все промежутки времени между ударами пульса одинаковы. Идеально правильно, идеально правильно, ритмично работает сердце. С огромной, с колоссальной устойчивостью идеально правильно работает

сердце. С огромной-колоссальной устойчивостью

идеально правильно, идеально правильно работает

сердце. Здоровый правильный ритмичный пульс —

72, 72 удара в минуту.

Новорожденная жизнь рождает новорожденно-юное сильное могучее веселое сердце. Юное-молодое-юное, новорожденно-чистое сильное сердце звонкое-звонкое. Новорожденная жизнь рождает громкое-звонкое, громкое-звонкое юное сердце.

Новорожденно-юное, громкое-звонкое юное сердце. Тоны сердца высокие, громкие-звонкие. Тоны

сердца высокие-высокие, звонкие-громкие.

С колоссальной устойчивостью сохраняет сердце идеально правильную работу. Новорожденная

жизнь рождает пульс полный сильного наполне-

30



Исцеляющие настрои

ния, пульс полный сильного наполнения. Во всей сердечно-сосудистой системе здоровеют-крепнут, здоровеют-крепнут молодые нервы.

Новорожденная жизнь наполняет всю мою сердечно-сосудистую систему. Вся сердечно-сосудистая система сейчас-сейчас рождается новорожденно-свежая, новорожденно-свежая. Все кровеносные сосуды рождаются новорожденно-свежие, эластичные-упругие, эластичные-упругие. Вся

сердечно-сосудистая система рождается новорожденно-свежая, новорожденно-свежая, энергичная-сильная. Вся сердечно-сосудистая система рождается новорожденно-исправная, идеально исправная. Идеально исправная вся сердечно-сосудистая

система. Во всем теле быстрое-веселое, полное-веселое кровообращение. Во всем теле полное-веселое, новорожденно-полное, полное-веселое кровообращение. Все тело живет веселой-радостной счастливой жизнью, веселой-радостной здоровой жизнью, полнокровной здоровой жизнью живет молодое сердце.

Иду — птицей на крыльях лечу, сердце ярко чувствует свою удаль молодецкую, сердце ярко чувствует свою силу богатырскую.

И через десять лет, и в сто лет у меня будет несокрушимо здоровое, несокрушимо крепкое, богатырское могучее молодое сердце.

С каждой секундой здоровеет-крепнет молодое сердце. С каждой секундой в сердце рождаются новые-новые здоровые силы. Богатырская сила

рождается в сердце. Новорожденная жизнь рождает сердце огромной-колоссальной силы. Бегу —

птицей на крыльях лечу, сердце ярко чувствует свою удаль молодецкую, сердце ярко чувствует свою силу богатырскую.

31



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

И через десять лет, и в сто лет у меня будет молодое здоровое крепкое сердце.

Весело-радостно оживает-оживает, здоровеет-крепнет молодое сердце. Веселое-веселое здоровое сердце, веселое-веселое счастливое сердце, веселое-веселое-хохочущее сердце, веселое-веселое-хохочущее сердце.

В области сердца легко-спокойно, легко-спокойно в области сердца. В области сердца все нервы здоровеют-крепнут, здоровеют-крепнут. Вся

область сердца рождается легкая-легкая, легкая-невесомая, как будто вся область сердца исчезла

в пространстве. На сердце так легко-хорошо, как
никогда раньше не было. Вся область сердца легкая-легкая, легкая-невесомая.
Все тело молодое сильное, богатырски сильное, молодое тело легкое, как пушинка. Иду
— птицей на
крыльях лечу, иду — птицей на крыльях лечу, ярко
чувствую свою удаль молодецкую, ярко чувствую
свою силу богатырскую.

25. На устойчивость сердца

Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь вливается в мое сердце.

Новая

здоровая огромной-колоссальной силы новорожденная жизнь вливается в мое сердце.
Огромной-колоссальной силы новорожденная жизнь вливается в мое сердце. Новорожденная
жизнь рождает

сердце огромной-колоссальной силы. Новорожденная жизнь рождает сердце огром-
ной-колоссальной

силы. Рождается несокрушимо устойчивое сердце. Рождается несокрушимо устойчивое
сердце.

С огромной-колоссальной устойчивостью серд-

32



Исцеляющие настроения

це работает идеально правильно, с огромной-колоссальной устойчивостью сердце рабо-
тает идеально правильно, с огромной-колоссальной устойчивостью сердце работает иде-
ально-правильно, сохраняет здоровый-здоровый правильный ритмичный пульс — 72 удара в
минуту. Непоколебимо, с колоссальной устойчивостью сохраняет сердце

здоровый правильный ритмичный пульс 72, 72 удара

в минуту. Сердце ярко-твердо помнит, постоянно

непрерывно сердце ярко-твердо помнит этот самый приятный темп жизни, самый при-
ятный темп

жизни — 72 удара пульса в минуту. С колоссальной

устойчивостью сохраняет сердце здоровый правильный ритмичный пульс 72, 72 удара в
минуту.

Все удары пульса одинаковой нормальной силы, все

удары пульса одинаковой нормальной силы здорового богатырского сердца. Все удары
пульса одинаковой нормальной силы молодого богатырского

могучего сердца. Все промежутки времени между

ударами пульса одинаковы, все промежутки времени между ударами пульса одинаковы.

В сердце вливается в миллион раз замедленная

колоссальная сила. В сердце вливается в миллион

раз замедленная колоссальная сила. В сердце вливается в миллион раз замедленная
колоссальная

сила. В сердце вливается в миллион раз замедленная

колоссальная сила. В сердце вливается в миллион

раз замедленная колоссальная сила. Новорожденная сила вливается в сердце, новорожденная сила

вливается в сердце, новорожденная сила вливается

в сердце. С колоссальной устойчивостью сохраняет сердце здоровый правильный нормальный пульс

72, 72 удара пульса в минуту. Сердце постоянно-непрерывно ярко-твердо помнит этот самый приятный темп жизни, самый приятный темп жизни—

33



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

72, 72 удара пульса в минуту. Сердце ярко-твердо

помнит, постоянно, днем и ночью, непрерывно-постоянно сердце помнит этот самый приятный, самый приятный темп жизни — 72, 72, 72 удара пульса в минуту.

С колоссальной устойчивостью сохраняет сердце правильный ритмичный пульс 72 удара в минуту.

С колоссальной устойчивостью сохраняет сердце

здоровый правильный ритмичный пульс 72, 72 удара

в минуту. С колоссальной устойчивостью сохраняет сердце здоровый энергичный пульс 72, 72 удара

в минуту.

С огромной-колоссальной устойчивостью идеально правильно работает сердце. С огромной-колоссальной устойчивостью идеально правильно

работает сердце. С огромной-колоссальной устойчивостью идеально правильно работает

сердце, несокрушимо устойчивое, несокрушимо устойчивое здоровое сердце.

В миллион раз замедленная колоссальная сила

вливается в сердце. В миллион раз замедленная колоссальная сила вливается в сердце.

Новорожденная сила вливается в сердце, новорожденная сила

вливается в сердце. В миллион раз замедленная колоссальная сила вливается в сердце.

С колоссальной

устойчивостью сердце работает идеально правильно, с колоссальной устойчивостью сердце работает

идеально правильно. С колоссальной устойчивостью сердце работает идеально пра-

вильно, с колоссальной устойчивостью сердце работает идеально

правильно, с колоссальной устойчивостью сердце

работает идеально правильно.

Новая здоровая новорожденная жизнь наполняет сердце. Новорожденная сила, новорожденная

сила наполняет сердце, новорожденная сила, ново-

34



Исцеляющие настроения
рожденная сила наполняет сердце. Новорожденная
жизнь рождает несокрушимо устойчивое, несокрушимо крепкое, несокрушимо сильное
богатырское
могучее молодое сердце. Новорожденная жизнь
рождает сердце огромной-колоссальной силы, новорожденная жизнь рождает сердце
огромной-колоссальной силы. Новорожденная жизнь рождает несокрушимо устойчивое, несо-
крушимо устойчивое сердце. Новорожденная жизнь рождает несокрушимо устойчивое, несо-
крушимо устойчивое, богатырское могучее молодое сердце. Сквозь все
физические нагрузки, сквозь любую физическую
работу непоколебимо сохраняет сердце идеально
правильную здоровую работу, идеально правильную работу. Непоколебимо, с твердостью
стали сохраняет сердце идеально правильную работу.
Иду быстрым шагом, иду — птицей на крыльях лечу, сердце ярко чувствует свою силу
богатырскую, сердце ярко чувствует свою силу богатырскую. Сердце ярко чувствует свою
огромную-колоссальную силу, сердце ярко чувствует свою
огромную-колоссальную устойчивость.
Во всей сердечно-сосудистой системе здоровеют-крепнут молодые нервы. Во всей сер-
дечно-сосудистой системе здоровеют-крепнут нервы.
Головной-спинной мозг работает с огромной-колоссальной устойчивостью. Голов-
ной-спинной
мозг работает идеально правильно с огромной-колоссальной устойчивостью. Голов-
ной-спинной
мозг с колоссальной устойчивостью идеально
правильно управляет жизнью сердца. Головной-спинной мозг с колоссальной устойчи-
востью идеально правильно управляет жизнью сердца. С колоссальной устойчивостью сердце
работает идеально правильно. Новорожденная жизнь наполняет

35



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2
всю сердечно-сосудистую систему. Новорожденная
жизнь всю сердечно-сосудистую систему рождает
новорожденно-свежую, новорожденно-свежую, энергичную-сильную. Во всем теле рож-
дается новорожденное полное-полное кровообращение.
Новорожденная жизнь рождает новорожденное
полное-полное свободное кровообращение. Во всем
теле полное свободное кровообращение. Все тело
живет полнокровной радостной здоровой жизнью.

Все внутренние органы работают энергично-весело, с молодецкой удалюю выполняют в организме все

свои функции. Новорожденная жизнь рождает меня человеком идеально здоровым, абсолютно здоровым, несокрушимо здоровым. Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает меня человеком

несокрушимо здоровым, идеально здоровым.

Во всем теле здорвеют-крепнут нервы. Я рождаюсь человеком стальных нервов. Новорожденная жизнь рождает меня новорожденно-молодым, новорожденно-юным богатырем могучего телосложения.

И через тридцать лет, и через пятьдесят лет, и в сто лет я буду молодой-веселый, молодой-веселый, несокрушимо здоровый.

26. На запасную силу сердца

В мою голову, в мое сердце, в голову, в сердце, в

голову, в сердце вливается вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь, вливается в

мою голову, вливается в мое сердце.

В головной-спинной мозг, в головной-спинной мозг вливается вновь родившаяся новая-новая здоровая огромной-колоссальной силы ново-

36



Исцеляющие настрои рожденная жизнь, вливается в головной-спинной мозг. Головной-спинной мозг работает энергично, идеально правильно, с огромной-колоссальной

устойчивостью идеально правильно работает головной-спинной мозг. С огромной-колоссальной устойчивостью, энергично, идеально правильно головной-спинной мозг управляет сердцем, с

огромной-колоссальной устойчивостью головной-спинной мозг идеально правильно управляет

сердцем. Головной-спинной мозг — энергичный-сильный, прочно устойчивый, головной-спинной мозг энергично-энергично, с огромной-колоссальной устойчивостью идеально правильно, идеально правильно управляет сердцем. Головной-спинной мозг с огромной-колоссальной устойчивостью идеально правильно, идеально правильно управляет сердцем.

Сердце с огромной-колоссальной устойчивостью работает идеально правильно, идеально правильно.

С огромной-колоссальной устойчивостью сердце работает идеально правильно, идеально правильно.

С огромной-колоссальной устойчивостью сердце работает идеально правильно, идеально правильно, абсолютно правильно. С колоссальной устойчивостью сохраняет сердце здоровый правильный ритмичный

пульс 72, 72 удара в минуту. Сердце ярко-твердо помнит этот самый приятный, самый приятный темп

жизни — 72, 72, 72 удара пульса в минуту. Сердце ярко-твердо помнит этот самый приятный, самый приятный темп жизни — 72, 72, 72 удара пульса в минуту. С огромной-колоссальной устойчивостью сохраняет сердце идеально правильную работу.

Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь наполняет сердце. Новорожденная жизнь рождает полнокровную-полнокровную

37



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2
здоровую жизнь сердца. Новорожденная жизнь рождает полнокровную-полнокровную здоровую-здоровую жизнь сердца. Полнокровной-полнокровной здоровой жизнью живет молодое сердце.

Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь наполняет сердце. Новорожденная жизнь рождает идеально правильную, абсолютно правильную работу сердца. Все удары

пульса одинаковой нормальной силы молодого здорового-могучего сердца. Все удары пульса одинаковой нормальной силы богатырского могучего-здорового сердца. Все промежутки времени между ударами пульса одинаковы-одинаковы. Сердце работает идеально правильно, ритмично; идеально

правильный ритмичный пульс. Все удары пульса одинаковой силы. Все промежутки времени между ударами пульса одинаковы. Идеально правильный, идеально правильный ритмичный пульс. Новорожденная жизнь наполняет сердце. Здоровая могучая сила вливается в сердце. Здоровая могучая сила

вливается в сердце, здоровая могучая сила вливается в сердце. С каждой секундой увеличивается-увеличивается запасная сила сердца. С каждой секундой увеличивается-увеличивается запасная сила

сердца. При надобности сердце может работать с огромной-колоссальной силой. Новорожденная жизнь рождает несокрушимо здоровое сердце, новорожденная жизнь рождает несокрушимо крепкое

сердце, новорожденная жизнь рождает несокрушимо устойчивое сердце. Новорожденная жизнь

рождает сердце огромной-колоссальной силы, новорожденная жизнь рождает сердце огромной-колоссальной силы. Новорожденная жизнь рождает пульс полный сильного наполнения, новорожденная жизнь рождает пульс полный сильного на-

38



Исцеляющие настрои

полнения, новорожденная жизнь рождает пульс
полный сильного наполнения.

Во всем теле новорожденно-полное, новорожденно-свободное кровообращение. Во всей голове

насквозь новорожденно-полное, новорожденно-свободное кровообращение. Вся голова наполнилась приятным легким-легким светом. Вся голова

легкая-легкая, светлая-светлая. Вся голова легкая-легкая, легкая, светлая. В глазах светло-светло. Как

в яркий солнечный прекрасный день в глазах моих
светло. Как в яркий солнечный прекрасный день в

глазах моих светло. Голова легкая-легкая, легкая, светлая. Вся голова наполнилась приятным легким-легким светом.

Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь наполняет сердце. Новорожденная жизнь рождает новое здоровое сильное сердце.

Как у ребенка, у которого в жизни не было ни малейшей неприятности, которого все любили-ласкали-лелеяли, так и у меня новорожденно-свежее нетронутое сердце. Так и у меня первозданно здоровое, несокрушимо здоровое сердце. Так и у меня несокрушимо здоровое нетронутое сердце. Как у ребенка, у которого в жизни не было ни малейшей неприятности, которого все любили-ласкали-лелеяли, так и у меня здоровое-здоровое нетронутое сердце, здоровое-здоровое нетронутое сердце.

В течение всей ночи, до самого пробуждения

утром, сердце работает идеально правильно, идеально правильно. В течение всей ночи с колоссальной устойчивостью сохраняет сердце идеально правильную работу. В течение всей ночи с колоссальной

устойчивостью сохраняет сердце идеально правильную работу. Здоровый правильный ритмичный пульс.

Все удары пульса одинаковой нормальной силы. Все

39



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

промежутки времени между ударами пульса одинаковы. Идеально правильно, ритмично работает

сердце всю ночь, до самого пробуждения утром.

Днем и ночью сердце работает идеально правильно.

С колоссальной устойчивостью сохраняет сердце

идеально правильную, правильную здоровую ритмичную работу. Несокрушимо здоровое, несокрушимо здоровое могучее-крепкое молодое сердце.

Во всю сердечно-сосудистую систему вливается вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь, вливается во всю мою сердечно-сосудистую систему. Новорожденная жизнь всю сердечно-сосудистую систему рождает новорожденно-свежую, новорожденно-свежую, энергичную-сильную, энергичную-сильную. Все кровеносные сосуды рождаются новорожденно-свежие, новорожденно-свежие, эластичные-упругие, эластичные-упругие, сильные-сильные кровеносные сосуды. Во всем теле рождаются новорожденно-свежие, эластичные-упругие сильные вены. В руках, в ногах рождаются тонкие сильные энергичные вены. Вены рук, ног с огромной силой проталкивают кровь кверху-кверху-кверху: к сердцу гонят кровь стремительным потоком. В руках, в ногах рождаются сильные тонкие, сильные тонкие энергичные вены. Во всех венах здоровеют-крепнут, здоровеют-крепнут нервы. Во все вены рук, ног вливается огромная-колоссальная сила. В вены рук, ног вливается огромная-колоссальная сила. Вены рук, ног с огромной силой стремительным потоком гонят кровь кверху-кверху-кверху: к сердцу гонят кровь стремительным потоком. Во всем теле новорожденно-свободное, новорожденно-полное, новорожденно-свободное кровообращение. Во всей сердечно-сосудистой си-

40



Исцеляющие настроения здоровеют-крепнут, здоровеют-крепнут нервы. Вся сердечно-сосудистая система рождается новорожденно-свежая, энергичная-сильная. Новорожденная жизнь рождает сердечно-сосудистую систему огромной-колоссальной силы. Во всем теле новорожденно-свободное, новорожденно-полное кровообращение. Во всем теле новорожденно-свободное, новорожденно-полное кровообращение. Быстрая-быстрая веселая молодая кровь веселым-радостным, веселым-радостным стремительным потоком течет внутри самого сердца. Горячая-горячая веселая молодая кровь, веселая-радостная кровь стремительным потоком промывает-промывает-промывает молодое сердце. Новорожденно-чистое, новорожденно-чистое, новорожденно-чистое рождается сердце. Молодая кровь веселым-радостным, веселым-радостным стремительным потоком промывает-промывает-промывает молодое сердце. Новорожденно-чистое, новорожденно-чистое, новорожденно-чистое рождается сердце. Радость-веселье, радость-веселье вливаются в сердце. Радость-веселье, радость-веселье вливаются в сердце. Новорожденная жизнь рождает веселое-веселое-радостное сердце, радостное-радостное-радостное сердце, веселое-веселое-счастливое сердце, веселое-веселое-хохочущее

сердце. Новорожденная жизнь рождает веселое-веселое-радостное сердце, радостное-радостное-радостное сердце, веселое-веселое-счастливое

сердце, веселое-веселое-хохочущее сердце, веселое-веселое-хохочущее сердце. Сердце живет веселой-радостной, веселой-радостной здоровой жизнью.

Полнокровной-полнокровной веселой-радостной-счастливой жизнью живет мое молодое сердце.

Веселой-радостной, веселой-радостной-счастливой

41



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

жизнью, счастливой жизнью живет мое веселое-веселое-веселое-счастливое молодое сердце.

Полнокровной-полнокровной-полнокровной

жизнью живет мое здоровое молодое сердце.

Полнокровной-полнокровной здоровой жизнью

живет мое молодое-юное здоровое сердце.

Вновь родившаяся новая-новая здоровая жизнь

наполняет сердце. Здоровая могучая сила вливается

в сердце, здоровая-здоровая могучая сила наполняет сердце. Здоровая-здоровая могучая сила наполняет сердце. Здоровая-здоровая могучая сила наполняет сердце. Здоровая-здоровая могучая сила

наполняет сердце.

Вновь родившаяся новая-новая быстро-быстро

развивающаяся новорожденная жизнь, бурно-бурно развивающаяся новорожденная жизнь наполняет мое сердце. Быстро-быстро развивающаяся, бурно-бурно развивающаяся новорожденная

жизнь наполняет сердце. Новорожденное быстрое-быстрое, новорожденное быстрое развитие наполняет сердце. Новорожденное быстрое-быстрое, новорожденное быстрое развитие наполняет сердце.

Новорожденное быстрое-быстрое, новорожденное развитие наполняет сердце. Быстрое-быстрое, бурное-бурное, новорожденное бурное развитие

наполняет сердце. Новорожденная жизнь рождает быстро-быстро развивающееся сердце.

Новорожденная жизнь рождает быстро-быстро развивающееся сердце. Новорожденная жизнь рождает быстро-быстро здоровеющее-крепнущее, здоровеющее-крепнущее сердце.

В мышцы, в мышцы сердца вливается быстрое-быстрое, новорожденное быстрое развитие вливается в мышцы сердца. В мышцы, в мышцы сердца

вливается быстрое-быстрое, новорожденное бы-

42



Исцеляющие настрои
строе развитие вливается в мышцы сердца. С каждой
секундой в сердце рождается новая-новая могучая
здоровая сила. С каждой секундой сердце становится
сильней-сильней. Каждую секунду в сердце рождается новая-новая здоровая сила. Каж-
дую секунду в
сердце рождается новая-новая здоровая сила. Каждую секунду в сердце рождается новая-
новая здоровая сила. Быстрое-быстрое, бурное новорожденное
быстрое развитие наполняет сердце. Новорожденная
жизнь рождает быстро-быстро развивающееся сердце. Новорожденная жизнь рождает
быстро-быстро
развивающиеся мышцы сердца. Новорожденная
жизнь рождает быстро-быстро развивающиеся мышцы сердца. С каждой секундой
мышцы сердца становятся сильней-сильней. С каждой секундой мышцы
сердца становятся сильней. Богатырски сильное рождается сердце. Богатырски сильное
рождается сердце. Богатырски сильное рождается сердце. Богатырская могучая-несокрушимая
сила наполняет сердце.
Богатырская могучая-несокрушимая сила наполняет
сердце. Богатырская могучая-несокрушимая сила
наполняет сердце. Вновь родившаяся новая бурно-бурно развивающаяся новорожденная
жизнь наполняет сердце. Новорожденная жизнь все ткани сердца, все ткани сердца рождает
новорожденно-свежие, новорожденно-цельные. Новорожденно-свежие, новорожденно-цель-
ные рождаются все ткани сердца.
Идеально исправное, идеально исправное рождается сердце. Новорожденная жизнь сей-
час-сейчас
рождает все ткани сердца новорожденно-свежие, новорожденно-свежие, новорожденно
цельные.
Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает все
ткани сердца новорожденно-свежие. Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает ново-
рожденно-свежее нетронутое сердце. Новорожденная

43



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2
жизнь сейчас-сейчас рождает новорожденно-свежее, новорожденно-свежее нетронутое
сердце. Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает
новорожденно-свежее, новорожденно-свежее нетронутое сердце. Новорожденная жизнь
рождает устойчивую-устойчивую, идеально правильную, идеально правильную работу сердца.
Новорожденная жизнь сейчас-сейчас рождает идеально исправную, абсолютно исправную
работу сердца. Новорожденная жизнь рождает пульс полный сильного
наполнения, пульс полный сильного наполнения.
Каждую секунду в сердце рождается новая-новая здоровая сила. Каждую секунду в
сердце
рождается новая-новая здоровая сила. Каждую

секунду в сердце рождается новая-новая здоровая сила. Новорожденная жизнь рождает сердце

огромной-колоссальной силы. Новорожденная жизнь рождает сердце огромной-колоссальной силы. С каждой секундой сердце становится сильнее. С каждой секундой сердце становится сильнее.

С каждой секундой увеличивается запасная сила сердца. С каждой секундой увеличивается запасная устойчивость сердца. Я стараюсь до конца понять, до конца осмыслить: с каждой секундой увеличивается запасная устойчивость сердца. С каждой секундой увеличивается запасная устойчивость

сердца. Сквозь все трудности жизни, сквозь все невзгоды жизни сердце продолжает работать идеально правильно, идеально правильно. Огромная-колоссальная запасная устойчивость работы сердца

дает возможность сохранять идеально правильную работу наперекор всем трудностям жизни, всем невзгодам, наперекор всем обидам, утратам, наперекор всем предательствам даже самых близких род-ных и любимых людей. Наперекор всем подлостям

44



Исцеляющие настроения и предательствам людей сердце работает идеально правильно, с колоссальной устойчивостью сердце работает идеально правильно. С колоссальной устойчивостью сердце работает идеально правильно.

С каждой секундой увеличивается-увеличивается запасная устойчивость сердца. Новорожденная жизнь рождает огромную-колоссальную устойчивость сердца. Новорожденная жизнь рождает огромную-колоссальную устойчивость сердца.

Наперекор всем трудностям и невзгодам жизни, наперекор всем утратам жизни, наперекор всем

подлостям и предательствам людей сердце работает идеально правильно с огромной-колоссальной

устойчивостью. Сердце работает идеально правильно, сохраняет пульс полный сильного наполнения, сохраняет здоровый правильный ритмичный пульс

72, 72, 72 удара в минуту. Сердце ярко-твердо помнит самый приятный, самый приятный темп жизни — 72, 72, 72 удара пульса в минуту. Непоколебимо с твердостью стали сохраняет сердце самый

приятный, самый выгодный, самый приятный темп жизни — 72, 72 удара пульса в минуту.

Полнокровной-полнокровной здоровой жизнью живет молодое сердце. Полнокровной-полнокровной здоровой жизнью живет новорожденно-юное здоровое нетронутое сердце, мое новорожденно-юное

здоровое-здоровое нетронутое сердце. Как у ребенка, у которого в жизни не было ни малейшей неприятности, которого все любили-ласкали-лелеяли, так

и у меня новорожденно-свежее, здоровое нетронутое сердце, новорожденно-юное, новорожденно-юное нетронутое сердце. Новорожденно-юное, новорожденно-юное здоровое-здоровое-здоровое

нетронутое сердце. Весело-радостно оживает-оживает, здоровеет-крепнет, здоровеет-крепнет

45



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

мое юное сердце. С каждой секундой увеличивается-увеличивается запасная сила сердца. С каждой секундой, с каждой секундой увеличивается-увеличивается запасная сила сердца.

27. На снятие возбуждения сердца

Все кровеносные сосуды внутри самого сердца

полностью раскрылись по всей своей длине. Внутри молодого-юного сердца свободное, абсолютно свободное кровообращение, и моя вечно молодеющая-юная здоровая кровь свободным, абсолютно свободным потоком течет по всем кровеносным сосудам внутри самого сердца и постоянно-вечно

начисто промывает молодое сердце и все лучше

и лучше питает сердце и успокаивает сердце. Отдыхает молодое сердце в чистоте и довольстве.

А кровь все лучше и лучше питает и успокаивает

сердце, и сердце работает все более и более устойчиво спокойно, отдыхает молодое-юное сердце. Нежится молодое сердце в чистоте и довольстве. Все

нервы в области сердца прочно спокойны, все нервы в области сердца прочно спокойны. Головной-спинной мозг устойчиво правильно управляет сердцем, головной-спинной мозг устойчиво правильно

управляет сердцем. Сердце нежится в чистоте и довольстве. Кровь начисто промывает сердце. Мое

сердце новорожденно-чистое, все кровеносные сосуды внутри сердца новорожденно-чистые, моя юная энергичная кровь начисто промывает сердце.

Нежится молодое сердце в чистоте и довольстве.

Нежится молодое-юное сердце в чистоте и довольстве, нежится молодое-юное сердце в чистоте и довольстве. А зреют в молодом-юном сердце могучие

46



Исцеляющие настроения

силы. Отдыхает юное-молодое сердце. Все лучше и

лучше питает юная энергичная кровь мое сердце, кровь начисто промывает сердце. Все нервы в области сердца здоровы, спокойны. Молодые-юные нервы устойчиво здоровы. В области сердца молодые

нервы устойчиво здоровы. Дышится легко-свободно.

Грудь дышит легко-свободно, и зреют в юном сердце могучие силы. Рождается в сердце юная энергичная жизнь. Все быстрее и энергичней развивается в моем сердце юная жизнь. Здоровеют-крепнут нервы в области сердца. Все более и более устойчиво работает

сердце, все более и более устойчиво работает сердце.

Нежится молодое сердце в чистоте и довольстве, а кровь все лучше и лучше питает сердце и успокаивает сердце. В области сердца приятная легкость и спокойствие. Дышится легко-легко. Грудь дышит легко-свободно. Все более ярким становится приятное чувство покоя и легкости в области сердца.

28. На блаженство сердца

Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь наполняет сердце. Безмятежное-безоблачное новорожденное счастье наполняет сердце. Новорожденное счастье наполняет сердце.

Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь наполняет сердце. Новорожденная

жизнь рождает новорожденно-счастливое нетронутое сердце. Рождается новорожденно-счастливое, новорожденно-свежее здоровое нетронутое сердце.

Новорожденное счастье наполняет сердце. Новорожденное счастье наполняет сердце. Безмятежное-безоблачное счастье наполняет сердце. Новорожденное счастье наполняет сердце. Блаженным

47



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

покоем наполняется сердце. Новорожденным покоем наполняется сердце. Новорожденным покоем наполняется сердце. Безмятежное блаженство наполняет сердце. Безмятежное блаженное нетронутое сердце. Безмятежное блаженное нетронутое

сердце. Новорожденно-счастливое, новорожденно-счастливое здоровое сердце. Новорожденно-счастливое здоровое сердце. Безмятежным покоем

наполняется сердце. Абсолютным покоем наполняется сердце. Безмятежная-безоблачная юность рождается в сердце. Безмятежная безоблачная юность

рождается в сердце. Новорожденное счастье, новорожденное счастье наполняет сердце. Новорожденным покоем наполняется сердце. Новорожденный покой наполняет сердце. Блаженный покой, блаженный покой наполняет сердце. Блаженное спокойствие наполняет сердце.

А кровь все лучше, все лучше питает сердце. Беззаботно отдыхает, беззаботно отдыхает новорожденное сердце. Беззаботно отдыхает нетронутое сердце.

Беззаботно отдыхает нетронутое сердце. На сердце

так спокойно-светло. На сердце спокойно-легко. Вся область сердца легкая-легкая-легкая-невесомая, как будто вся область сердца исчезла в пространстве, как будто вся область сердца исчезла в пространстве. Безмятежно спокойное, абсолютно спокойное здоровое сердце. Беззаботно отдыхает, беззаботно отдыхает здоровое сердце. Беззаботно отдыхает, беззаботно отдыхает здоровое сердце. На сердце так спокойно-легко. На сердце так спокойно-легко. На сердце так спокойно-легко. Новорожденное счастье наполняет сердце. Блаженным спокойствием наполняется сердце. Безмятежно спокойно, совсем спокойно, абсолютно спокойно нетронутое сердце. Здоровое-здоровое нетронутое сердце. Идеально исправное, абсолютно

48



Исцеляющие настроения исправное, абсолютно исправное нетронутое сердце. Идеально исправное, идеально исправное, абсолютно исправное нетронутое сердце. Абсолютно исправное нетронутое сердце. На сердце так легко-хорошо, безмятежно спокойно. На сердце так легко-хорошо, абсолютно спокойно. Безмятежная безоблачная юность наполняет сердце. Безмятежно спокойно, абсолютно спокойно, новорожденно-спокойно нетронутое сердце. На сердце так легко-хорошо, так легко-хорошо, как никогда раньше не было. На сердце так легко-хорошо, как никогда раньше не было. Вся область сердца легкая-легкая-легкая-невесомая, как будто вся область сердца исчезла в пространстве. Новорожденное счастье наполняет сердце. Безмятежное безоблачное счастье наполняет сердце. Новорожденное счастье наполняет сердце. Новорожденное счастье наполняет сердце. На душе так легко, так легко-хорошо.

Безмятежное-безоблачное счастье наполняет душу. Безмятежное-безоблачное счастье наполняет душу. Безмятежное-безоблачное счастье рождается в моей душе. На душе так легко-хорошо, как никогда раньше не было. На душе так спокойно-светло, безмятежно спокойно. Абсолютным покоем наполняется сердце. Безмятежным покоем наполняется сердце.

А голова-голова днем и ночью, постоянно успокаивает сердце: успокойся, успокойся новорожденно-счастливое нетронутое сердце. Успокоилось-успокоилось нетронутое сердце. Новорожденно-свежее здоровое нетронутое сердце. Абсолютно спокойно, безмятежно спокойно здоровое сердце.

Новорожденным спокойствием наполняется сердце. Новорожденным спокойствием наполняется

сердце. Новорожденное счастье наполнило сердце. Безмятежно счастливое, безмятежно счастливое здоровое сердце. Новорожденное счастье вли-

49



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

вается в сердце. Новорожденная жизнь наполняет сердце, успокаивает-успокаивает-успокаивает

сердце. Успокойся-успокойся-успокойся мое сердце. Успокойся-успокойся здоровое сердце.

А голова-голова днем и ночью, постоянно успокаивает сердце. Успокойся-успокойся-успокойся здоровое сердце. Успокоилось-успокоилось нетронутое сердце. Абсолютным покоем наполняется сердце. Безмятежное-безоблачное счастье наполняет

сердце. Новорожденное счастье, новорожденное счастье наполняет сердце. Безмятежное блаженство, безмятежное блаженство наполняет сердце.

Успокоилось-успокоилось новорожденно-юное здоровое нетронутое сердце. Безмятежно счастливое здоровое сердце. Безмятежно счастливое

нетронутое сердце. В области сердца спокойно-легко. В области сердца спокойно-легко. Вся область сердца легкая-легкая-легкая невесомая, как будто вся область сердца исчезла в пространстве.

Как будто вся область сердца исчезла в пространстве, так спокойно-легко в области сердца. Вся область сердца легкая-легкая-невесомая.

На душе так светло-хорошо, безмятежно спокойно. Безмятежное безоблачное счастье наполняет ду-шу. Безмятежное безоблачное счастье наполняет душу. Безмятежное безоблачное счастье наполняет душу. Безмятежное безоблачное счастье

наполняет душу. На душе так легко, так светло-хорошо, так светло-хорошо, как никогда раньше не

было. Безмятежно спокойно, абсолютно спокойно, совершенно спокойно. Абсолютным покоем наполняется сердце. Новорожденным покоем наполняется

сердце. Новорожденным покоем наполняется сердце. Новорожденное счастье, новорожденное счастье

наполняет сердце. Безмятежное новорожденное сча-

50



Исцеляющие настрои

стье наполняет сердце. Безмятежное новорожденное счастье наполняет сердце. Безмятежно счастливое беззаботное сердце. Беззаботно отдыхает в

полном довольстве новорожденно-счастливое нетронутое сердце. Беззаботно отдыхает, беззаботно отдыхает новорожденно-счастливое нетронутое сердце, новорожденно-счастливое, новорожденно счастливое нетронутое сердце. Беззаботно отдыхает в полном довольстве, беззаботно отдыхает в полном довольстве новорожденно-счастливое нетронутое сердце, новорожденно-счастливое нетронутое сердце. Новорожденное счастье наполняет сердце.

Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь вливается в сердце. Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь вливается в сердце. Новорожденная жизнь успокаивает сердце: успокойся-успокойся новорожденное сердце. Новорожденное счастье наполняет сердце.

Безмятежное-безоблачное новорожденное счастье, новорожденное счастье наполняет сердце.

Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь вливается в мою голову. Новорожденная жизнь наполняет голову. Безмятежное-безоблачное счастье рождается в моей душе.

Безмятежная-безоблачная юность, новорожденная юность рождается в моей душе. Безмятежно счастливая новорожденная юность рождается в моей

душе. А голова днем и ночью, постоянно успокаивает сердце: успокойся-успокойся-успокойся мое сердце, успокойся-успокойся мое сердце. Абсолютным покоем наполняется сердце. Блаженным покоем, блаженным покоем наполняется сердце. Беззаботно

отдыхает блаженное сердце. Беззаботно отдыхает блаженное сердце. Беззаботно отдыхает блаженное сердце, новорожденно-счастливое нетронутое серд-

51



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2
це, новорожденно-счастливое нетронутое сердце, новорожденно-счастливое нетронутое сердце.

Вновь родившаяся новая-новая счастливая новорожденная жизнь наполняет сердце. Вновь родившаяся новая-новая здоровая новорожденная жизнь, счастливая-счастливая новорожденная жизнь наполняет сердце. Новорожденное счастье, новорожденное счастье рождается в сердце. Новорожденное счастье, новорожденное счастье рождается в сердце. Беззаботно отдыхает новорожденное

сердце. Беззаботно отдыхает блаженное сердце.

Беззаботно отдыхает блаженное сердце.

Безмятежное блаженство рождается в моей душе.

Безмятежное новорожденное счастье рождается в

моей душе. Новорожденное счастье безмятежное-безоблачное, новорожденное счастье рождается

в моей душе. Новорожденное счастье, новорожденное счастье наполнило сердце. Новорожденная жизнь рождает безмятежно счастливое блаженное сердце. Беззаботно отдыхает новорожденное сердце. Беззаботно отдыхает блаженное

сердце. Беззаботно отдыхает блаженное сердце, новорожденно-счастливое нетронутое сердце, новорожденно-счастливое беззаботное сердце.

Беззаботно отдыхает, беззаботно отдыхает блаженное сердце. Беззаботно отдыхает счастливое

сердце, новорожденно-счастливое нетронутое

сердце, новорожденно-счастливое здоровое сердце. Новорожденно-счастливое здоровое сердце.

Новорожденно-счастливое здоровое сердце.

Беззаботное-безоблачное счастье рождается в

моей душе. Безмятежное-безоблачное новорожденное счастье рождается в моей душе.

Голова днем и ночью, постоянно успокаивает

сердце. Здоровое спокойствие наполняет сердце.

52



Исцеляющие настроения

Здоровое спокойствие наполняет сердце. Блаженное спокойствие наполняет сердце. А голова днем и

ночью, постоянно успокаивает сердце: успокойся-успокойся здоровое сердце. Новорожденным покоем наполняется сердце. Беззаботно отдыхает блаженное сердце. Беззаботно отдыхает счастливое

сердце, мое новорожденно-юное здоровое-здоровое

нетронутое сердце. На сердце так легко-хорошо, безмятежно спокойно, абсолютно спокойно. Блаженным покоем наполнилось сердце. На душе так

светло-хорошо. Безмятежная-безоблачная юность

рождается в моей душе. Безмятежная-безоблачная

юность рождается в моей душе. Новорожденное счастье наполнило сердце. Безмятежное-безоблачное счастье наполнило сердце. Безмятежно счастливое, новорожденно-счастливое рождается сердце, безмятежно счастливое блаженное

сердце. Беззаботно отдыхает блаженное сердце.

В полном довольстве, в полном довольстве беззаботно отдыхает новорожденно-счастливое здоровое сердце, новорожденно-счастливое нетронутое сердце, новорожденно-счастливое нетронутое

сердце. Беззаботно отдыхает, беззаботно отдыхает новорожденно-счастливое, новорожденно-счастливое здоровое сердце, здоровое нетронутое сердце.

29. На снижение повышенного

артериального давления крови

(1-й вариант)

Все мышцы на лице расслабились, я весь успокоился, я весь наполнился безмятежным-безоблачным

счастьем юности. На душе легко-светло-хорошо,

53



Животворящая сила. Помоги себе сам. Книга 2

в области сердца приятно спокойно. Я весь успокоился. Я доброжелательно отношусь к людям.

Я стараюсь как можно ярче представить такую

картину: летняя солнечная погода, на небе ни облачка, недвижим воздух, не колышется на деревьях листва, и водная гладь озера неподвижна, как зеркало.

Вот и я весь насквозь абсолютно спокоен, как зеркальная гладь озера. Я весь полностью безмятежно

спокоен, абсолютно спокоен, как зеркальная гладь

озера. Все мышцы на лице расслабились, все нервы

успокоились. Все нервные клетки и нервные центры

головного-спинного мозга, управляющие кровеносными сосудами, прочно спокойны. Я

стараюсь как

можно ярче представить, о чем идет речь. Все нервные клетки и нервные центры головного-спинного

мозга, управляющие всей сердечно-сосудистой системой, прочно спокойны. Прочно спокойны все

нервные клетки, управляющие сердцем.

Я стараюсь как можно глубже осмыслить, о чем

идет речь. Внутри головного-спинного мозга есть

нервные клетки и нервные центры, управляющие работой сердца. Эти нервные клетки внутри головного-спинного мозга, которые управляют всей работой

сердечно-сосудистой системы, прочно спокойны, устойчиво спокойны. Прочно спокойны все нервные клетки головного-спинного мозга, управляющие кровеносными сосудами. И все кровеносные

сосуды прочно спокойны. Все кровеносные сосуды

расслаблены-расширены равномерно по всей своей

длине. От темени до кончиков пальцев рук и ног все

кровеносные сосуды расширены-расслаблены, равномерно раскрыты по всей своей длине. Во всем теле

свободное, абсолютно свободное кровообращение.

Внутри всей головы свободное, абсолютно свободное кровообращение. В голове светло-легко-

54



Исцеляющие настрои

легко, голова легкая, легкая, как невесомая. Я весь
наполнен безмятежным-безоблачным счастьем юности. Я весь наполнен безмятеж-
ным-безоблачным

счастьем юности. На душе легко-светло-хорошо.

У меня доброжелательное отношение к людям. Все
тело живет и дышит легко-свободно. Все клетки
тела живут и дышат легко-свободно. Все тело живет
полнокровной молодой радостной жизнью.

Молодой головной-спинной мозг энергичный, устойчиво здоровый, прочно спокойный.
Все нервные клетки головного-спинного мозга, управляющие
кровеносными сосудами, прочно спокойны, и все
кровеносные сосуды расслаблены-раскрыты, расширены равномерно по всей своей длине
все кровеносные сосуды от темени до кончиков пальцев рук
и ног. В коже головы, лица и шеи, в мышцах головы, лица и шеи, в костях черепа, внутри
головного мозга, во всей голове все кровеносные сосуды полностью
раскрыты, расширены по всей своей длине, во всей
голове свободное, абсолютно свободное кровообращение. Все мышцы на лице расслаб-
лены, я весь абсолютно спокоен, безмятежно спокоен. Я весь наполнился безмятежным-без-
облачным счастьем юности.

В голове светло-хорошо. Голова легкая, будто невесомая. Во всей голове свободное, абсо-
лютно свободное кровообращение. Во всей голове свободное, абсолютно свободное кровооб-
ращение.

Все мышцы на лице расслабились, все нервы в голове успокоились. В голове самые здо-
ровые, самые
крепкие нервы. Молодые-здоровые нервы в голове прочно спокойны. В голове светло-
легко-легко.

Глаза здоровые, спокойные.

Все мышцы на лице расслабились. Я весь успокоился, как зеркальная гладь озера. Все
нервные

клетки головного-спинного мозга, управляющие

55



Животворящая сила. Помогите себе сам. Книга 2

кровеносными сосудами, прочно спокойны. Все

нервные клетки и нервные центры внутри головного-спинного мозга, управляющие кро-
веносными сосудами, прочно спокойны. Во всем теле свободное, абсолютно свободное крово-
обращение. Все тело живет

здоровой полнокровной энергичной жизнью. Я весь живу здоровой полнокровной энергичной жизнью.

Я стараюсь как можно ярче почувствовать процесс, о котором я говорю. Молодые-здоровые нервы

прочно спокойны, молодые-здоровые нервы прочно спокойны. Я весь насквозь абсолютно спокоен, во всем теле все нервы и мышцы прочно спокойны. Во

всем теле все кровеносные сосуды одинаково расширены по всей своей длине, во всем теле свободное, абсолютно свободное кровообращение.

Все нервные клетки головного-спинного мозга, управляющие работой сердечно-сосудистой системы, прочно спокойны, само сердце прочно спокойно. Головной-спинной мозг устойчиво спокойно

управляет сердцем.

Все кровеносные сосуды внутри сердца полностью раскрыты, расширены по всей своей длине, и

самые крупные кровеносные стволы внутри сердца, и средние кровеносные сосуды, и самые тонкие кровеносные сосуды — капилляры — все кровеносные

сосуды внутри сердца полностью раскрыты, расширены по всей своей длине. Внутри самого сердца

свободное, абсолютно свободное кровообращение.

На сердце легко-легко, на сердце легко-хорошо.

Молодое-здоровое сердце легко-шутя гонит кровь в раскрытые кровеносные сосуды. Сердце работает легко-легко. Абсолютно легко работает молодое

сердце. А кровь свободным быстрым потоком течет по всем кровеносным сосудам внутри самого

сердца.

56



Исцеляющие настроения

Я стараюсь как можно ярче представить, о чем идет речь. Моя молодеющая здоровая юная кровь вечным быстрым непрерывным потоком свободно, абсолютно свободно течет по всем кровеносным

сосудам внутри самого сердца и начисто промывает сердце. Моя вечно молодеющая-юная здоровая кровь непрерывно омолаживает сердце, восстанавливает первозданную юную свежесть сердца. Молодеет сердце, нежится сердце в чистоте и

довольстве.

Нежится в чистоте и довольстве молодеющее сердце. Внутри самого сердца свободное, абсолютно свободное кровообращение. А моя вечно

молодеющая-юная здоровая кровь начисто промывает сердце. Все, что сердцу нужно для жизни, работы и непрерывного восстановления сил, для непрерывного омоложения, все кровь несет ему в

избытке, и молодое сердце нежится в чистоте и довольстве. Сердцу абсолютно легко гнать кровь по

всему телу через раскрытые кровеносные сосуды.

В области сердца легко-легко, абсолютно легко в области сердца. Все нервы в области сердца здоровы-спокойны, все нервы в области сердца здоровы-спокойны. На сердце легко-легко-легко-хорошо.

Я весь наполнен безмятежным-безоблачным счастьем юности.

В моей душе цветет весна, в моем теле расцветает юная красота. Во всем теле все нервы и мышцы здоровы, спокойны. А моя вечно молодеющая

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.