Автор: Dawnfire
23.01.2010 07:56 -

Вы хотите быть здоровым и иметь прекрасное самочувствие. Но не знаете, как это сделать. Тогда читайте данную статью. В ней вы узнаете, почему вы болеете и что нужно сделать для исцеления.

Часто так бывает, что многие болезни тяжело поддаются лечению. Они переходят в хроническую форму. И что бы вы ни делали, полное выздоровление не приходит. А только наблюдаются кратковременные улучшения. Почему так происходит? Потому что вы лечите саму болезнь, а не ее причину.

Психологи уже давно установили, что в большинстве случаев каждое заболевание связано с определенными мыслями и эмоциями. Например, причина запоров – это жадность и привязанность к прошлому. А сердечко шалит от избыточного чувства вины. И для того, чтоб перестать иметь проблемы со стулом следует научиться с легкостью отпускать свое прошлое, и стать более щедрым человеком. А чтоб исцелить сердце - избавиться от вины и наладить ритм жизни. Поэтому первое, что вы должны сделать - это найти психологические причины своего недуга. Существует много авторов, которые дают полное описание болезней и их причин. Более известные из них – это Луиза Хей, В. Жикаренцев и В. Синельников. Почитайте их книги или обратитесь на наш сайт за более подробной информацией.

Когда вы определитесь с негативными мыслями, провоцирующие ваши заболевания, то нужно изменить старые убеждения на новые. В этом вам помогут аффирмации. Что такое аффирмации? Это позитивные установки, которые программируют ваше сознание на исцеление и новый способ восприятия окружающей действительности.

Если взять проблемы с сердцем, то ваша новая мысль будет звучать следующим образом: «Мое сердце бьется в ритме любви и гармонии». А так же «Я освобождаюсь от груза вины. Теперь я знаю, что вины не существует, а есть ошибки, которые делают меня сильнее». Далее, когда вы составите свою аффирмацию, следует ежедневно проговаривать ее, причем как можно чаще. Ваша аффирмация должна обрести силу. Вы должны поверить в нее и тогда она поможет вам на пути к исцелению.

Кроме позитивных мыслей, я рекомендую вам использовать визуализацию. Представляйте себя здоровым человеком и полным сил. Представляйте ваш орган

здоровым. Делайте это ежедневно, пока недуги не отступят в сторону.

Помимо выполнения этих эффективных техник, вам следует ПОВЕРИТЬ В СВОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ. Вера в себя– это основа. Без нее вы не получите ожидаемых результатов. Без нее все ваши действия – это пустая трата времени. Поймите, что каждый человек сам выбирает во что он верит. И вы тоже. И если вы будете верить в болезнь, то вы будете болеть. А если поверите в исцеление, то вы станете здоровыми.