

► ВВЕДЕНИЕ

КРАТКАЯ ПРЕДЫСТОРИЯ ГЕРМАНСКОЙ НОВОЙ МЕДИЦИНЫ В РОССИИ

ИДЕЯ О ТОМ, ЧТО ЗДОРОВЬЕ ЗАВИСИТ ОТ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ

Какое-то время назад один мой друг упомянул доктора Хамера, который привел в некую научную систему идею о том, что здоровье человека зависит от его эмоциональных переживаний. Мне на тот момент казалось, что тема здоровья достаточно далека от того, чем я интересовался: духовности, личного совершенствования, других подобных вещей. Тем не менее где-то фоном эта информация была.

К нам из Швейцарии приехал Харальд Бауман, он провел первый семинар по тому, что называется Германской Новой Медициной (ГНМ). Мне это показалось чем-то новым, интересным. Не могу сказать, что сразу проникся и решил, что хочу этим заниматься, но

в общем и целом это оказалось весьма любопытно, некая новая область, которой раньше я не касался. А самое главное, что Харальд привез мне пакет материалов, книгу, которую позже перевели, показал таблицу, объяснил особенности работы с клиентами. Так я в эту тему стал понемногу погружаться, начал с интересом смотреть на тех людей, которые ко мне приходили.

Есть одна особенность, которую я много лет наблюдаю, она меня страшно удивляет. Заключается она в том, что когда тебе требуется помощь какого-то профессионала, неважно, в какой области, то (даже если ты живешь в Москве) вдруг оказывается, что найти толкового специалиста — задача не из легких.

Похожая ситуация имеет место и в области здоровья. Когда человек сталкивается с проблемами, он вдруг обнаруживает, что если обратиться к традиционной медицине, то в лучшем случае ему не на сто процентов помогут, а в худшем — человек, попав в эту систему, в каком-то смысле «сломается». Его убедят: то, с чем он столкнулся, абсолютно не решаемо, есть страшная статистика и т.д.

Некоторые успевают сориентироваться и понимают, что человек не болеет просто так, ни с того ни с сего. Мне задавали вопросы об этом, так что в какой-то момент мы решили книгу доктора Хамера перевести на русский язык, чтобы пользоваться ей как справочным пособием.

Позже, благодаря этой книге, я попал на семинар к человеку по имени Жильбер Рено. Он из Канады и преподает, как он это называет, «Исцеление воспоминанием» — есть такая терапия. В ГНМ терапии нет,

это просто некая научная система, которая объясняет, каким образом заболевания возникают вследствие эмоциональных и биологических шоков. Идея данной системы состоит в том, чтобы донести до людей информацию: никто просто так не заболевает. У заболеваний есть причины, их можно найти. В некотором количестве случаев выяснение причин в принципе аннулирует заболевание, поскольку как бы убирает его основу.

По схемам и теории очень трудно ориентироваться, поскольку к тебе приходит живой человек со своей уникальной историей, со своими уникальными событиями в жизни, и он, естественно, в этот примитивный букварь не вписывается. Тебе нужно уметь его разговаривать, чтобы он тебе доверился. Ведь если человек заболел, то у него явно произошло что-то нештучное. Это один из элементов биологического шока — когда человек не может поделиться пережитым ни с кем по каким-то причинам.

Зная теорию и пытаясь ее применять, изучать, я не очень понимал, что конкретно делать с людьми. Жильбер Рено же не только объясняет, что делать, он еще показывает, рассказывает множество кейсов, где он действительно помог людям выздороветь, что абстрактную теорию и делает реальностью.

Когда я только начинал проводить первые семинары, помню, как организаторы меня спрашивали о темах, которые я планировал затронуть. Я называл темы, связанные с диагнозами, меланома, например, и они приходили в ужас: «Как ты будешь об этом рассказывать? Все же знают, что это что-то ужасное, об этом нельзя просто взять и сказать людям». Для меня же подобное

было обычным фактом, я действительно знал нескольких людей, которые выздоровели. То есть это не должно представляться канцерофобией, распространенной в обществе, когда люди видят нечто ужасное, нерешаемое, означающее неумолимый конец жизни.

Жильбер сводит «страшные» диагнозы к вполне обыденному восприятию — сейчас, отработав с ним какое-то количество времени, я это хорошо понимаю. На недавнем глобальном форуме «Сила жизни» Жильбер назвал меня, стоя на сцене, «своим русским голосом», потому как я уже стопроцентно сжился с ним и с его системой.

Тем не менее до знакомства с Жильбером я уже работал лет 15 со своими различными техниками. Соответственно, когда я слушал его, у меня постепенно начали сливаться воедино его теории и примеры с теми методами, которые применял лично я. Свои алгоритмы работы с людьми я называю «Ясной практикой жизни». Они довольно простые, и в конце этой книги будет изложен самый универсальный из них.

Основная задача любой техники состоит не в том, чтобы показать человеку, по какому алгоритму работать, а в том, чтобы стать для него доверенным лицом, терапевтом, можно сказать, — и тогда пациент постепенно сам сможет осознать, от чего у него возникают те или иные состояния.

Вокруг этого есть определенная философия. Если вернуться к идее ГНМ, то это скорее не терапия, а просвещение и профилактика. Это то, что должны, на мой взгляд, детям преподавать в школе. Рассказывать,

что у нас есть тело, и оно работает по определенным законам, которые можно сформулировать и примерно предсказать, как организм будет функционировать.

Для меня вечным источником недоумения являются ситуации, когда люди годами себя содержат в нехороших условиях, а потом удивляются, что они заболели, и очень сильно удивляются. Секрет же хорошего здоровья — именно в профилактике, заблаговременной и регулярной заботе о теле.

В действительности я не знаю, насколько было бы интересно людям в школе изучать подобный материал, но, мне кажется, это более полезная вещь, чем география или биология, к примеру, которые являются довольно абстрактными. Однако я считаю, что любому человеку в начале жизни необходимо объяснять принципы работы его организма, чтобы он знал, как питаться, какой режим дня организовать, почему люди болевают, понимал, что болезнь — это не кара божья, а простой биологический процесс, который возникает по вполне предсказуемым критериям и по этим же критериям завершается.

Важный образовательный момент: объяснить, показать человеку, что произошедшее с ним — лишь следствие определенных событий в жизни, не что-то необратимое, и с этим можно (и нужно!) работать.

История 20-летней давности про туберкулез четвертой стадии в открытой форме

История была такая. Примерно в 98-м году у меня была девушка, и стала она в какой-то момент покашливать. Я поначалу пытался помогать какими-то своими

методами, но быстро понял, что происходит что-то не то. Я позвонил ее маме-врачу, и девушка улетела домой, в один глухой сибирский городок. Через два дня мне позвонили, объявили, что это туберкулез, четвертая, последняя стадия в открытой форме — и жить ей осталось недели три, мол, можешь приезжать на похороны. Меня это изумило: близкий человек вдруг умирает, и таким страшным, неожиданным образом. Очень странная вещь — жил-был человек, а потом вдруг ни с того ни с сего изнутри будто самоуничтожается.

Плюс на тот момент мне было ничего не известно про туберкулез, кроме того, что это нечто ужасное и очень заразное. Однако, решив, что бросать человека в такой ситуации нехорошо, я прилетел к ней. Мы стали работать по моим методам: 3–4 раза в день проводили маленькие занятия, просто прорабатывали все, что приходило в голову. Я пытался помочь, разговаривал с ней, разбирали происходящее.

Оказавшись с девушкой в местной больнице, я столкнулся с тем, что меня сразу списали со счетов (ведь я «обязательно» должен был заразиться), однако страшно удивились, проведя обследование и обнаружив, что, оказывается, я здоров. Ей же предложили оказать только паллиативную помощь — чтобы человек более комфортно умер.

Конечно, мы отправились домой. Мама ее кормила, я несколько раз в день занимался. Мы с ней спали вместе, в одной постели. Как-то незаметно прошло два месяца, и мы решили поехать в больницу, чтобы проверить состояние, — не умирает человек пока вроде. И случилось невероятное: врачи, сделав рентген,

решили, что над ними издеваются и привезли им совершенно другого человека. Снимок показал абсолютно чистые легкие. Более того, когда обычно люди болеют туберкулезом, у них остаются кальцинаты, какие-то следы, а там вообще ничего не было, совсем. К слову, в течение 20 лет после пережитых событий болезнь ни разу более не давала о себе знать.

В общем, после этого к нам потихонечку стали подъезжать люди на черных джипах и говорить: «Тут слух пошел, что вы безнадежно больного человека из могилы вытащили». Этого я тоже совершенно не ожидал.

Та же история с точки зрения ГНМ

Если честно, я не могу однозначно сказать, была в случившемся моя заслуга или нет. Я просто констатирую факт: по всем врачебным признакам человек должен был умереть. Только потом, много лет спустя, когда увидел в ГНМ, что туберкулез — это восстановительная стадия постконфликтной фазы рака легких, я сложил все пазлы воедино. Рак легких — это страх умереть, погибнуть. Я вспомнил, что девушка мне рассказывала о тяжелом событии в жизни, когда такой сильный страх имел место быть, и, видимо, он выразился в виде туберкулеза. И поскольку она выговорила мне все свои переживания, заряд, вероятно, снялся — и тело решило: зачем умирать? Вроде как все закончилось.

Для меня это было очень странным переживанием. Потом еще нас оттуда отпускать не хотели. Врачи не говорят, что человек может выздороветь. По их мнению, человек не может выздороветь — ремиссия

бывает, может быть и пожизненная ремиссия, но слово «выздороветь» они не употребляют.

РЕМИССИЯ ИЛИ ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ? ОБ ЕЩЕ ОДНОМ ВИДЕ СТРЕССА В МЕДИЦИНЕ

Это я уже знаю, работая с онкобольными, у многих из них сильнейший стресс. У меня есть одна клиентка, она выздоровела, здоровый человек по всем параметрам, но врачи требуют, чтобы она каждые три месяца сдавала анализы на онкомаркеры. Каждый раз это страшный стресс, когда ты идешь и ждешь, чтобы тебе вынесли вердикт: болен или здоров. Врачи утверждают, что если в течение пяти лет все анализы будут позитивными, то можно сказать, что наступила ремиссия (может быть, пожизненная).

Никто не скажет, что вы выздоровели, потому что никто не понимает, что у вас происходит. Воспринимается болезнь как некое предательство тела. Хотя на самом деле, с точки зрения нашей теории, все прямо противоположно — тело попыталось спасти вас, немало странными методами, такими биологическими, архаичными программами, как это называют в новой медицине, но тем не менее, если вы понимаете, что происходит, если можете восстановить некую целостность, то процесс обратим во многих случаях.

Случай с лейкемией

Были в моей практике и другие похожие случаи: например, одна клиентка с лейкемией, удивительный случай. Когда я спрашивал, откуда она знает, что у нее

лейкемия, она говорила, что это диагноз врачей. «— Как ты ее чувствуешь? — Никак не чувствую». Она родила ребенка — врачи утверждали, что жить ей осталось месяца три. Она ко мне приехала с годовалым ребенком, когда диагнозу стукнуло года три-четыре, — и не только не умерла, но еще ребенка родила здорового.

Помню, после каждого нашего занятия, после каждой сессии она бегала в местную больницу и сдавала анализы. Проверяла. Каждый раз диагноз снова подтверждали. Она возвращалась ко мне расстроенная, пока в конце концов врачи ей и вовсе сказали: «Слушайте, езжайте вы домой, а то вы тут помрете, нам запишут это в статистику, а нам не надо портить ее». Что-то мне подсказывает: она жива и здравствует до сих пор.

В случае необъяснимого исчезновения болезни врачи, как правило, пожимают плечами, говорят, «спонтанная ремиссия». Был у меня еще один пациент — переживший рак кишечника сигмовидной кишки, по специальности инженер. С технической точки зрения он остался крайне обескуражен тем, что врач на вопрос о причине заболевания ответил: «Мы не знаем», — однако предложил сделать операцию и приступить к химиотерапии. Ему казалось, что для излечения необходимо понимать, как и что в организме работает.

Инженер отправился искать сам, нашел доктора Хамера, изучил его теорию, понял, что с ним произошло, из-за чего все началось, и просто пережил это. Спустя полгода пациент посетил онколога, анализы показали полное отсутствие патологий. Врач рассудил, что диагноз был изначально поставлен неверно.

О подтверждении теории в работе с реальными людьми

Когда начинаешь работать с людьми, ты видишь, что, действительно, есть некая в теории база. Раз за разом, когда люди приходят с определенными диагнозами, ты принимаешься вместе с ними исследовать их жизнь и искать первопричины. Видишь похожие сюжеты и сценарии.

Абсолютно точно могу сказать одну вещь: не бывает такого, чтобы жил-был человек счастливо и благополучно, все у него было хорошо — и вдруг он взял и заразился/заболел. Такого не бывает. Как только ты начинаешь раскапывать его историю, выясняется, что перед этим имел место какой-то очень сильный стресс или период стресса, который сюжетно связан с тем, чем именно человек заболел. Например, даже в случае, когда говорят про инфекционные заболевания: вот в детском саду вроде все болеют, все заражаются. А ты берешь человека, начинаешь изучать, и выясняется, что у него все равно происходил какой-то конфликт, то есть была причина, по которой именно он заразился, именно он заболел. Ведь есть же люди, которые не заражаются и не болеют ничем. Удивительная штука.

Как минимум, это крайне интересная область исследования. В некоторых случаях действительно люди выздоравливают. По крайней мере, у меня пока личного кладбища нет — никто не умер из тех, с кем я работал.

Остальные моменты, то есть как именно с человеком работаешь, — это, наверное, уже более технические детали. Я думаю, что в какой-то степени здесь

играет роль личность того, кто с тобой работает. Ты должен чувствовать и ощущать, что это человек, которому можно довериться, возможно, такое чувство возникнет не сразу. Мне кажется, у разных людей разные предпочтения на эту тему.

НАСКОЛЬКО МНОГО ВСЕГО У ЛЮДЕЙ «ОТ ГОЛОВЫ»

Есть небольшое количество людей, которым достаточно просто понять теорию. Это меня тоже всегда изумляет — насколько сильно голова влияет на тело. Если мы возьмем животных, то увидим, что они намного реже болеют, психосоматика у них настолько сильно не проявляется, как у людей. Она тоже есть, причем в значительной степени у домашних животных, но далеко не в «человеческих» масштабах.

Когда ты работаешь с людьми, то поражаешься, насколько много у них происходит «от головы». Если у животного, чтобы оно заболело, должен произойти конкретный эпизод, где его, например, травмировали, сильно напугали, что-то отняли, то человеку достаточно это просто себе придумать. Его эпизод не обязательно реальный, он может быть виртуальным, символическим, метафорическим, воображаемым — и в этом кроется большая проблема, потому что, например, если человек сильно верит в официальную медицину, где все болезни описываются как некое зло, такое зло к нему и приходит из ниоткуда, нападает. Меня это очень огорчает, или правильнее сказать — раздражает.

► СОДЕРЖАНИЕ

Уважаемый читатель!	3
ВВЕДЕНИЕ. КРАТКАЯ ПРЕДЫСТОРИЯ ГЕРМАНСКОЙ НОВОЙ МЕДИЦИНЫ В РОССИИ	5
ИДЕЯ О ТОМ, ЧТО ЗДОРОВЬЕ ЗАВИСИТ ОТ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ПЕРЕЖИВАНИЙ	5
Ремиссия или выздоровление? Об еще одном виде стресса в медицине	12
Насколько много всего у людей «от головы»	15
О работе с диагнозом.	19
Что нужно научиться делать, чтобы вообще не болеть	22
Что такое эмоция? О реализации энергии	25
РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ	27
ГЛАВА 1. ТОЧКИ ОПОРЫ ДЛЯ ПРАКТИКУЮЩЕГО ГЕРМАНСКУЮ НОВУЮ МЕДИЦИНУ	27
Медицина официальная и медицина «альтернативная»	29
О правильном подходе в медицине	30
Самонаблюдение и самоанализ	33
ГЛАВА 2. ЧТО ТАКОЕ КОНФЛИКТ, СТРЕСС, ТРАВМА, ЗАРЯД, БИОШОК – И КАКИЕ МЕЖДУ НИМИ РАЗЛИЧИЯ?	35
Теория и практика	35
Что такое конфликт, стресс, травма, заряд, биошок, и какие между ними различия.	37
Две категории болезней	51
ГЛАВА 3. УРОВНИ ПРОРАБОТКИ ЖИЗНИ И ПРАКТИКА. .	54
Уровни адаптации организма	56
Особые факторы, влияющие на включение болезни	63
Структура реагирования: голова, сердце, живот, тело	64
Как это локализовано в мозге.	71
Особенности функционирования животного мозга	74
Психосоматика	76
Небольшая практика	77

ГЛАВА 4. КОМПАС ГЕРМАНСКОЙ НОВОЙ МЕДИЦИНЫ...	79
Ваше личное тело.....	80
Формирование и дифференциация человеческого эго.....	81
Законы и схемы психосоматики.....	83
Внезапный биологический шок и следующие за ним фазы....	85
Снова практика.....	90
ГЛАВА 5. НЕЙРОХИМИЯ, ЗАВИСИМОСТИ И ПРИВЫЧКИ.	97
Зависимости и привычки, или Сбой ассоциативных цепочек тела.....	97
ГЛАВА 6. МОЗГ, КОМПЬЮТЕРНАЯ ТОМОГРАММА И ТОЧНАЯ ЛОКАЛИЗАЦИЯ КОНФЛИКТОВ.....	102
Висцеральная теория сна.....	102
Реле мозга по Хамеру.....	114
ГЛАВА 7. ЕЩЕ РАЗ О КОМПАСЕ ГНМ, ФАЗАХ БОЛЕЗНИ: ЧТО БЫВАЕТ В РЕАЛЬНОЙ ПРАКТИКЕ И КАК К ЭТОМУ ОТНОСИТЬСЯ.....	123
Реальное протекание фаз процесса, изображаемого компасом	123
ГЛАВА 8. КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ИСТОЧНИК СИМПТОМА? ..	134
Как и с чем я работаю с человеком.....	134
Вопросы к клиенту.....	139
ГЛАВА 9. ЖИЗНЕННЫЕ ЦИКЛЫ И КЛЮЧЕВЫЕ СОБЫТИЯ ДЛЯ ПРОРАБОТКИ.....	143
Параллельные жизни детей, родителей, прародителей.....	143
Системное прояснение жизни.....	145
Цикл автономности.....	148
Квинтэссенция.....	151
Карта любого года жизни.....	152
ГЛАВА 10. НАШИ ВНУТРЕННОСТИ И СХЕМЫ ГНМ.....	153
Реле по Хамеру.....	156
Соответствия тканей органов зародышевым лепесткам.....	162
Сводная таблица: органы и фазы программ.....	175
Книги по ГНМ для чтения с детьми.....	185
12 рекомендаций для скорейшего выздоровления».....	187
ГЛАВА 11. КРИТИКА ГНМ И «ГНМ С ЧЕЛОВЕЧЕСКИМ ЛИЦОМ».....	191
Основы медицинских знаний и ГНМ.....	191
Разновидности тканей и конфликты.....	192

РАЗДЕЛ 2. ПРАКТИКА	202
ГЛАВА 1. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ КОМПАС И ПСИХОСОМАТИКА	202
Эмоциональный коврик	202
Эмоциональный коврик в психосоматике	208
Структура реагирования и эмоции	210
Принцип осознанности	223
Ненасилие	224
ГЛАВА 2. КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ПРОРАБОТКИ И ПРОЯСНЕНИЯ ПЕРЕЖИВАНИЙ	225
Как мы это будем прорабатывать	231
Большая клиентская анкета	233
Э-метр	233
Списки для работы	235
ГЛАВА 3. АНАТОМИЯ ТРАВМАТИЧЕСКИХ ПЕРЕЖИВАНИЙ	237
Картинка	237
Телесные ощущения	238
Эмоции	240
Мысли	240
Сеть травматических переживаний	242
ГЛАВА 4. КОЖА	246
ГЛАВА 5. ЖИР	260
ГЛАВА 6. МЫШЦЫ	269
ГЛАВА 7. КОСТИ	275
Функции костей	276
Конфликт самообесценивания	278
ГЛАВА 8. ЗРЕНИЕ, СЛУХ, ОБОНЯНИЕ, ВКУС	293
Дистрофия сетчатки	297
ГЛАВА 9. ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ	301
ГЛАВА 10. СЕРДЦЕ	305
ГЛАВА 11. ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА	315
ГЛАВА 12. ВОСПАЛЕНИЯ, БАКТЕРИИ И ВИРУСЫ	324
ГЛАВА 13. ПОЛОВАЯ СИСТЕМА	335
8 триад	336

ГЛАВА 14. СМЕРТЬ И УМИРАНИЕ.....	341
ГЛАВА 15. ТЕХНИКА РАЗВЯЗЫВАНИЯ, ПРИМЕРЫ И СПИСКИ	347
Основные вопросы техники развязывания.....	347
Список восприятий.....	349
Алгоритм и запись сессии для одного пункта тематического списка.....	353
Техника безопасности	354
Фактическое обладание	355
Обладание с телом	356
Пример. Тематический список «Курение»	356
Пример. Тематический список «Ожирение, лишний вес, недостаток веса»	363
Пример. Тематический список «общий ремонт жизни»	372
Дополнительные материалы.....	376
БЛАГОДАРНОСТИ	378