

Алхимия духа



АРТУР ЛИМАН  
ТИМ ГУДМЕН

# ТЕТА-РИТМ

*Сила вашего мозга  
для обретения здоровья  
и исполнения желаний!*



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 159.96      *Все права защищены. Никакая часть данной книги  
ББК 88.6         не может быть воспроизведена в какой бы то  
Л58                ни было форме без письменного разрешения  
                         владельцев авторских прав.*

**Лиман, Артур.**

Л58      Тета-ритм. Сила вашего мозга для обретения здоровья и исполнения желаний! / Артур Лиман, Тим Гудмен. — Москва : Издательство АСТ, 2019. — 288 с. — (Алхимия духа).

ISBN 978-5-17-115951-1

Большинство людей все еще не подозревают, какие гигантские силы для самоисцеления и изменения собственной судьбы заложены у них внутри. Американка Вианна Стайбл интуитивно открыла такой режим работы мозга, в котором возможно исцеление даже от болезней, считающихся неизлечимыми. В этом режиме мозг излучает электромагнитные волны особой частоты — они называются тета-волны. Так появился метод, получивший название тета-исцеление.

Благодаря книге психологов-практиков Артура Лимана и Тима Гудмена, разработавших уникальные упражнения для освоения этого метода, у вас появилась возможность самостоятельно не только улучшить здоровье, но и исполнять желания, менять свою жизнь и судьбу и даже влиять на окружающий мир. Авторские практики Артура Лимана и Тима Гудмена откроют вам путь в новую жизнь!

*Данное издание не является учебником по медицине.  
Все лечебные процедуры должны быть согласованы с лечащим врачом.*

Макет подготовлен редакцией



Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!  
[vk.com/prime\\_ast](https://vk.com/prime_ast)  
[www.instagram.com/prime.ast](https://www.instagram.com/prime.ast)  
[www.facebook.com/praim.ast](https://www.facebook.com/praim.ast)



# ОГЛАВЛЕНИЕ

|  |   |
|--|---|
| <b>Вступление.</b>   |   |
| <b>Способность к самоисцелению — дар природы, доступный всем</b> ..... | 9 |

## **ГЛАВА 1**

|  |    |
|--|----|
| <b>Всемогущий мозг</b> .....                                     | 19 |
| Как мы управляем своим мозгом .....                              | 19 |
| Мозг — обучаемая система .....                                   | 23 |
| Почему наши команды, отданные мозгу, не всегда срабатывают ..... | 30 |
| Режимы работы вашего мозга .....                                 | 32 |
| Тета-волны — самые целительные .....                             | 41 |

## **ГЛАВА 2**

|   |    |
|---|----|
| <b>Целительные силы внутри вас.</b>                   |    |
| <b>Кто или что исцеляет?</b> .....                    | 45 |
| С чего начинается исцеление:                          |    |
| встреча с внутренним «Я» .....                        | 45 |
| Разумная, сознательная, любящая сила внутри вас ..... | 48 |
| Связь с энергией Создателя .....                      | 51 |

|   |           |
|---|-----------|
| Реальность вне времени .....  | 53        |
| Миры, доступные нашему восприятию .....   | 58        |
| Семь планов существования<br>по классификации Вианны Стайбл .....                               | 62        |
| Вселенная внутри вас .....  | 64        |
| <br>  |           |
| <b>Глава 3</b>  |           |
| <b>Интуиция и воображение:<br/>ваши инструменты для работы<br/>на тета-уровне .....</b>         | <b>69</b> |
| Для чего нужна интуиция<br>в тета-исцелении .....   | 69        |
| Познакомьтесь с вашей интуицией! .....  | 72        |
| Как научиться слушать подсказки<br>внутреннего голоса .....                                     | 75        |
| Как правильно визуализировать .....   | 80        |
| Визуализации, необходимые для работы<br>на тета-уровне .....                                    | 86        |
| Сосредоточенность —<br>необходимый навык для работы .....                                       | 90        |
| <br>  |           |
| <b>ГЛАВА 4</b>  |           |
| <b>Навыки, необходимые<br/>для тета-исцеления: безусловная любовь<br/>и свидетельство .....</b> | <b>92</b> |

|   |     |
|---|-----|
| Любовь — исцеляющая сила .....  | 92  |
| Как устранить внутренние препятствия,<br>мешающие безусловной любви ..... | 96  |
| Смотрите на себя глазами Бога .....                                       | 100 |
| Исцеляет Создатель, а вы —<br>только свидетель исцеления .....            | 103 |
| Научитесь беспристрастно наблюдать<br>процесс, не вмешиваясь в него ..... | 108 |

## **ГЛАВА 5**

### **Сила вашего волеизъявления.**

|  |            |
|--|------------|
| <b>Намерение на исцеление .....</b>                  | <b>113</b> |
| В самом ли деле вы хотите<br>исцелиться? .....       | 113        |
| Сила ваших слов и мыслей .....                       | 119        |
| Как правильно сформулировать<br>волеизъявление ..... | 122        |
| Как правильно произносить<br>волеизъявление .....    | 126        |
| Что говорить после волеизъявления .....              | 129        |

## **ГЛАВА 6**

### **Основные техники тета-исцеления .....**

|  |     |
|--|-----|
| Начало работы. Что нужно знать<br>начинающим ..... | 134 |
|--|-----|

|  |            |
|--|------------|
| Практика выхода на Седьмой план:<br>три метода .....                               | 142        |
| Самоисцеление на тета-уровне .....   | 154        |
| Исцеление других людей на тета-уровне ...  | 159        |
| <br><b>ГЛАВА 7</b>   |            |
| <b>Связь здоровья и сознания.</b>  |            |
| <b>Работа с убеждениями на тета-уровне .....</b>                                   | <b>164</b> |
| Что мешает исцелению .....   | 164        |
| На тета-уровне можно изменить даже то,<br>что глубоко спрятано в подсознании ..... | 169        |
| Кинезиология — способ диагностики<br>убеждений .....                               | 174        |
| Откуда берутся наши убеждения .....  | 180        |
| Практика замены убеждений<br>на тета-уровне .....                                  | 190        |
| <br><b>ГЛАВА 8</b>   |            |
| <b>Работа с чувствами на тета-уровне .....</b>                                     | <b>198</b> |
| Чувства делают вас сильнее .....   | 198        |
| Не бойтесь встретиться<br>со своими чувствами .....                                | 202        |
| Чувства, необходимые для исцеления .....   | 208        |
| Вы можете создать для себя<br>любое чувство .....                                  | 212        |

|  |     |
|--|-----|
| Как заменить негативные чувства<br>на позитивные ..... | 215 |
|--|-----|

## **ГЛАВА 9**

### **Ключевые убеждения.**

|  |            |
|--|------------|
| <b>Раскопки в тета-исцелении .....</b> | <b>222</b> |
|--|------------|

|   |     |
|---|-----|
| От чего зависят наша жизнь,<br>судьба, здоровье ..... | 222 |
|---|-----|

|   |     |
|---|-----|
| Именно ключевыми убеждениями<br>создается наша судьба ..... | 224 |
|---|-----|

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| Приступаем к раскопкам! ..... | 227 |
|-------------------------------|-----|

|  |     |
|--|-----|
| Изменение чувств, связанных<br>с ключевыми убеждениями ..... | 233 |
|--|-----|

|   |     |
|---|-----|
| Отработка ключевого<br>убеждения на тета-уровне ..... | 239 |
|---|-----|

|  |     |
|--|-----|
| Страх исчезнуть — разновидность<br>ключевого убеждения ..... | 242 |
|--|-----|

|  |     |
|--|-----|
| Отработка ключевого страха<br>на тета-уровне ..... | 246 |
|--|-----|

## **ГЛАВА 10**

|                            |            |
|----------------------------|------------|
| <b>Исцеление ДНК .....</b> | <b>251</b> |
|----------------------------|------------|

|  |     |
|--|-----|
| Как и почему мы можем менять<br>генетические программы ..... | 251 |
|--|-----|

|   |     |
|---|-----|
| Как активировать<br>духовные составляющие ДНК ..... | 254 |
|---|-----|

|   |     |
|---|-----|
| Подготовка к активации:                                   |     |
| визуализация ДНК .....                                    | 257 |
| Первая фаза активации ДНК:                                |     |
| активация хромосом молодости<br>и жизненной энергии ..... | 260 |
| Вторая фаза активации ДНК:                                |     |
| активация оставшихся хромосом .....                       | 269 |
| Исцеление генов .....                                     | 274 |
| Изменение программы старения .....                        | 278 |

## Вступление

# **СПОСОБНОСТЬ К САМОИСЦЕЛЕНИЮ — ДАР ПРИРОДЫ, ДОСТУПНЫЙ ВСЕМ**

### **Человеческий мозг обладает колоссальным целительским потенциалом**

Мы не знаем возможностей своего организма. Об этом все чаще говорят врачи и ученые. Большинство людей все еще не подозревают, какие гигантские силы самоисцеления заложены у них внутри. А потому чаще всего мы полагаемся на внешние средства: лекарства, операции и прочие медицинские процедуры. Никто не спорит, эти средства бывают необходимы. Но если мы рассчитываем только на них и совсем не верим в собственные силы организма — эти силы начинают иссякать.



Таков закон природы: мы теряем то, чем не пользуемся.

Бывают случаи, когда в безнадежной ситуации внутренние ресурсы организма вдруг просыпаются. Это может случиться от стресса или страха, когда человек узнает о том, что ему поставили страшный диагноз. В такой момент может пробудиться отчаянное желание жить. И вот тогда гигантским усилием воли человек мобилизует свой мозг на выздоровление. В итоге может произойти то, что называют чудесным исцелением. Врачи не находят этому объяснения. Но такое случается, причем все чаще.

**Но можно ведь не дожидаться, когда придет страх или отчаяние! Если внутри нас дремлют невиданные целительные силы — почему бы не пробудить их раньше, чем несчастье заставит сделать это?**

А для этого нам надо выяснить, что это за сила у нас внутри, которая могущественнее, чем лекарства. И найти ответ на вопрос: как нам обнаружить эту силу, как поверить в нее?

Мы живем в материальном мире, который часто вводит нас в заблуждение. Нам начинает казаться, что кроме материальных вещей больше ничего и не существует. Вот наше тело — оно ведь материальное, его можно увидеть, потрогать. Может показаться, что и помочь ему могут только материальные вещи — такие, которые можно увидеть и потрогать.

Но эта логика ошибочна. Ведь в нашем мире существует множество невидимых и неосязаемых вещей, которые, тем не менее, реально существуют и оказывают на нас самое реальное, материальное воздействие. Радиоволны. Рентгеновские лучи. Электромагнитное излучение. Ультразвук. Все это используется, в том числе и в медицине.

А ведь наш головной мозг — это тоже электромагнитная система. Он производит электромагнитные волны. Благодаря этому мы взаимодействуем с окружающим миром, обрабатываем огромные массивы информации, мыслим, принимаем решения, чувствуем, мечтаем, видим сны. Характеристики волн, излучаемых мозгом, могут меняться. От этого зависит наше состояние, настроение и самочувствие.

Только представьте себе: по своим возможностям человеческий мозг превосходит самые современные суперкомпьютеры. Даже если собрать вместе сотню таких компьютеров, один-единственный мозг самого обычного человека, не гения, все равно окажется совершеннее и сильнее. Нейроны — нервные клетки головного мозга — создают такое число соединений между собой, для обозначения которого в человеческих языках даже не придумано слово. Это единица и 850 нулей после нее. Это число большинству из нас кажется

нереальным. Вот что заложено в вашей черепной коробке!

А ведь каждое соединение нейронов передает какой-то сигнал, несет в себе информацию. Эта информация руководит работой нашего организма, она создает то, что мы называем своим внутренним миром, определяет наше функционирование во внешнем мире. Эта информация может создавать болезни и здоровье, успехи и неудачи, радости и беды. Вы думаете, причины всего этого — в чем-то внешнем? Нет, они — внутри.

При таком количестве нейронных соединений у нашего мозга просто неограниченные возможности. Каждый из нас обладает таким богатством возможностей своего мозга, что может менять себя и свою жизнь как угодно. В том числе — исцеляться от любых болезней. Гигантское количество нейронных связей к вашим услугам! Надо только научиться хотя бы в малейшей степени управлять работой своего мозга. А для этого даже не обязательно разгадывать все его загадки.

## **Вианна Стайбл и ее открытие**

Существует множество различных режимов, в которых способен работать наш мозг. Чаще всего мы не управляем этой работой. Но можем научиться

переходить из одного режима в другой по своей воле. Как и менять нейронные связи на более благоприятные для своего здоровья.

Американка Вианна Стайбл интуитивно открыла такой режим работы мозга, в котором возможно исцеление даже от болезней, считающихся неизлечимыми. В этом режиме мозг излучает электромагнитные волны особой частоты — они называются тета-волны. Вианна ничего не знала о волновой природе мозговых излучений и только позже обнаружила, что наука подтверждает ее интуитивные догадки.

В итоге появился метод, получивший название тета-исцеление.

Вианна Стайбл начала разрабатывать его еще в 1994 году. Она научилась осознанно входить в режим тета-волн и проводить на этом уровне целительскую работу. В итоге она исцелила сама себя от онкологического заболевания, когда врачи уже признали ее безнадежной.

Изложив свою методику в нескольких книгах, Вианна стала всемирно известным целителем. И по сей день она не только продолжает целительскую работу, но и учит людей исцеляться самостоятельно. У нее множество учеников во всем мире. А главное — существует огромное количество свидетельств того, как с помощью тета-исцеления люди избавляются от онкологических

заболеваний, СПИДа, гепатита С, наследственных болезней и многих других недугов, которые медицина считает неизлечимыми.

Что же это за режим работы мозга, который характеризуется тета-волнами?

Это естественное состояние человека, который находится между сном и бодрствованием. Это состояние очень глубокого расслабления, когда легко устанавливается связь с подсознанием. Также тета-режим включается во время глубокой медитации или полного погружения в молитву.

Ученые уже давно установили, что это состояние само по себе целительно. Оно считается наилучшим для восстановления организма и нормализации его функций. Тета-волны способны устранять патологические нейронные связи, приводящие к болезням. Поэтому люди, умеющие входить в молитвенное состояние, реже болеют и дольше живут.

Но Вианна Стайбл не просто нашла способ входить в это состояние — тут она не первооткрыватель. Суть ее метода — в проведении целительской работы на тета-уровне. И это настоящее открытие. Потому что наше сознание в режиме тета-волн не активно. Мы в это время не спим, но и не бодрствуем как обычно. Самое главное — что в этом режиме практически невозможно думать. Ведь в медитативном состоянии мысль как тако-

вая отсутствует. И это одно из важнейших условий исцеления.

А Вианна Стайбл нашла способ в тета-состоянии отдавать организму команды, вследствие которых наступает исцеление. Да, тета-исцеление — это не просто молитва или медитация. Это осознанная работа, проводимая по определенному алгоритму. В итоге пробуждаются скрытые резервы нашего мозга и всего организма. Перестраивается работа всех органов и систем. Включается мощный механизм самоисцеления на клеточном уровне. И наступает выздоровление — иногда мгновенное!

На первый взгляд может показаться, что метод слишком сложен, — но на самом деле он очень прост. Ведь тета-волны — это естественное состояние нашего мозга. Способность к нему дана каждому из нас от рождения. Не так уж редко мы оказываемся в этом состоянии спонтанно. И не только во время молитвы или медитации — ведь не всем людям знакомы эти практики. А еще, например, когда засыпаем — еще не спим, но уже и не бодрствуем. И если в этом промежуточном состоянии вы очень сильно чего-то пожелаете — вероятность, что мечта осуществится, возрастает многократно.

Да, в тета-состоянии мы можем не только улучшать здоровье. Но еще и исполнять желания,