

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ КОРРЕКЦИИ ЗДОРОВЬЯ

Кобзин В.Г.

К.т.н., доцент кафедры технологии, экологии и безопасности жизнедеятельности
Харьковского национального экономического университета им. С. Кузнеця

Эффективность жизнедеятельности человека существенно зависит от качества лечебно – профилактических мероприятий. Это предполагает серьезные финансовые затраты.

Основой профилактических мероприятий по предупреждению различных заболеваний является умелое использование психо – физиологических факторов окружающей среды. Главный упор делается на пропаганду и внедрение в сознание каждого человека идеи валеологического (здорового) образа жизни.

Наука валеология базируется на новом, соответствующем данному периоду времени развитии мировоззрения, и призвана научить человека образу жизни, который поможет ему в течение всей жизнедеятельности сохранять и укреплять не только физическое, а также психическое и духовное здоровье.

Как интегративная наука валеология базируется на наработках биологии, физики, математики, химии, психологии, экологии, медицины и других наук.

Фундаментальной основой валеологии являются достижения в области квантовой физики, вибрационной медицины, нейрофизиологии, древних философских учений о Космосе, Природе и Человеке.

Валеологические техники и технологии доступны человеку и требуют минимальных финансовых затрат.

Поэтому разработка эффективных техник коррекции состояния здоровья на основе современных валеологических технологий с минимальными затратами является актуальной задачей.

Механизм функционирования валеологических технологий рассмотрим на примере ряда техник коррекции здоровья.

Упражнение по нормализации здоровья «Заземление»

Результаты исследований ученых, медиков показали, что в зоне дискомфорта организма, как правило, существенно уменьшено количество отрицательных « – » зарядов. Нарушен баланс «+» и « – ». Земля имеет « – » заряд. Для устранения дискомфорта в организме необходимо правую руку или правую ногу заземлить (можно и руку и ногу), соединить с землей, а центр левой ладони приложить к дискомфортной зоне. Примеры заземления: ходим босиком в теплую погоду в лесу, в поле , по песку на пляже; сидим на лавочке и правой рукой соприкасаемся с металлической стойкой; правой рукой или ногой соприкасаемся с металлической батареей в квартире, с кафельной плиткой на стене или на полу и т.п.

В зоне дискомфорта постепенно будет воссоздаваться баланс между «+» и « – ». И болевые ощущения будут ослабевать. Если боль перемещается по телу, то и левая рука перемещается в направлении к болевой точке или зоне. Повторять это упражнение необходимо несколько раз в день (сеанс - до 7 мин.).

Применение данного упражнения позволяет нормализовать работу не только отдельных органов человека, но и организма в целом.

Упражнение по нормализации давления с помощью лазерного CD/DVD диска

Для этого необходимо взять б/у CD/DVD лазерный диск в руки, желательнo с

голубым фоном. Если посмотреть на этот диск, подсвеченный лучами солнца или домашнего электрического светильника, то увидим чудесную картину – переливающиеся цвета радуги! Если в спокойной обстановке понаблюдать за прекрасным зрелищем 20 – 25 минут, выискивая холодные цвета, то верхнее значение давления существенно приблизится к нормальному значению. На практике наблюдалось снижение давления до 25 - 30 мм. рт. ст. Повторять это упражнение необходимо несколько раз в день.

Применение данного упражнения позволяет нормализовать не только давление, но температуру тела. Очень Эффективно это упражнение для больных детей.

Упражнение по нормализации давления с помощью серебряного кольца

Упражнение по нормализации давления продемонстрируем на реальном примере. Ко мне на занятие в территориальный центр приходит пенсионерка А. (67 лет, вес существенно превышает норму). У медсестры измеряет давление. 90 на 160 мм. рт. ст.! Я посмотрел на ее руки. На правой руке – золотое кольцо, а на левой – серебряное. Я предложил золотое кольцо спрятать в сумочку, а серебряное кольцо надеть вместо золотого. Гражданка А. в таком состоянии пребывала до 25 минут, а затем измерила давление еще раз. Результат – 85 на 140 мм. рт. ст.

Напрашивается вывод: людям с повышенным давлением желательно носить серебряные украшения. Золотые кольца на правой руке более предпочтительнее для людей, у которых пониженное давление.

Способ по нормализации функционирования позвоночника «Ангел»

В основе этого способа лежат теоретические и практические разработки известных валеологов Э.А. Гуляева, М. Норбекова и В.В. Синельникова с дополнением автора [1,2,3].

Преимущество биоэнергоинформационного воздействия на больной орган по сравнению с обычным медикаментозным лечением заключается в том, что в этом случае идет борьба не со следствием, а с причиной.

Перед началом самокоррекции организма необходимо произвести набор энергии и подготовить свои руки к работе. Разумеется, существует множество подходов, техник и практик. Воспользуемся методами набора энергии, представленными в [1,2].

1. Определяем причину нарушения функционирования позвоночника. Обязательно учтите результаты обследования у врача. Для определения причины боли в спине воспользуемся методом В.В. Синельникова [3], учитывающий психо - физиологические факторы (стресс, особенности быта, экология, человеческие отношения).

2. Ставим отдельно защиту на себя, уменьшая тем самым возможность информационного переноса болезни. Для этого можно представить себя в серебряном шаре с внешней зеркальной оболочкой для мысленного отражения информационных потоков заболевания.

3. Создадим мысленный образ – фантом позвоночника. Работа с фантомом эффективнее работы непосредственно с физическим телом. Все процессы при этом происходят в сотни раз быстрее.

4. Убедитесь, что не нарушена полярность фантома (сверху энергетика должна иметь знак «+», а снизу « - ») с помощью биоэнергоинформационной рамки (метод биолокации) [1]. Если все-таки в результате негативных эмоций другого человека произошла смена знака, то разверните фантом на 180 градусов по часовой стрелке мысленно. Мысленно нарисуйте на своем лбу знак «+», а на уровне ступней ног – знак «-». Прodelайте это несколько раз в течение минуты. После этого методом биолокации проверьте полярность.

5. Далее используем способ восстановления организма под названием «ангел»,

разработанный непосредственно автором.

Вам предлагается сыграть роль ангела в небольшом спектакле. Представьте сценку, в которой вы надеваете себе на спину в виде рюкзака большие белые, серебристые или бело-голубые крылья. Подсознание само выберет необходимый цвет. После этого в положении стоя или сидя вы концентрируете свое внимание на позвонках позвоночника, как бы просматривая их последовательно сверху вниз и подсвечивая солнечным светом. Особое внимание уделяем дискомфортным зонам позвоночника. Спина – прямая. На одной линии находятся спина, шея и голова. Плечи спокойно опущены, рот приоткрыт, улыбка - на лице. Вспоминаем себя в здоровом молодом состоянии в счастливый момент в своей жизни. Руки - перед вами, ладони – параллельно друг другу, пальцы направлены вверх. Ваш фантом находится перед вами. Между ладонями рук. Эти условия – принципиальны. Глаза закрыты. В дальнейшем можно работать и с открытыми глазами. Мысленно благодарим ангела-хранителя за помощь.

В ходе этого упражнения вы ставите свои ладони параллельно позвоночному столбу своего фантома и, мысленно создав между ладонями солнечный шарик, вводите его сверху в позвоночный столб и на выдохах небольшими рывками опускаете до копчика, представляя то, как грязная, темная энергия выжигается и растворяется. Участок, пройденный шариком, нужно представлять совершенно белым (на вдохе). Можно также воспользоваться методиками, представленными в [1,2].

В этом режиме желательно находиться 5-7 минут. После окончания упражнения благодарим ангела-хранителя за помощь и мысленно совмещаем свой фантом со своим физическим телом.

6. Завершаем сеанс режимом «ангел». После сеанса благодарим подсознание и ангела-хранителя.

Результаты применения валеологических техник коррекции здоровья

Опыт работы автора показывает, что положительные результаты проявляются уже после первого сеанса.

Техники, используя современные технологии валеологии, показали высокую эффективность во время проведения автором учебных занятий в Харьковском национальном университете им. В.Н. Каразина, Харьковском национальном экономическом университете им. С. Кузнецца, а также в школе здоровья автора, которая функционирует при территориальных центрах оказания услуг пенсионерам г. Харькова.

Высокая эффективность валеологических техник с минимальными экономическими затратами позволяет их использование для всех слоев населения страны.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кобзин В.Г. Способ коррекции функционирования позвоночника. Валеология: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку / Матеріали 9 міжнародної науково-практичної конференції, 31 березня – 3 квітня 2011р.; у 2-х томах (том 1). За ред. М.С. Гончаренко; //м. Харків; ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2011. – 262 с.
2. Кобзин В.Г. Способ снижения веса преподавателей вузов. Вісник ХНУ ім. В.Н. Каразіна №923. Серія: Валеологія: сучасність і майбутнє. Випуск 9; //м. Харків; ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2010. – 138 с.
3. Синельников В.В. Возлюби болезнь свою. — М.: ЗАО Изд. Центрполиграф. 2005. — 395с.