

ТЕТА- ИСЦЕЛЕНИЕ®

ГЛУБИННАЯ РАБОТА С УБЕЖДЕНИЯМИ

Как перепрограммировать
ваше подсознательное мышление
для глубокого внутреннего исцеления



ВИАННА СТАЙБЛ



софия

Вианна Стайбл

**Тета-исцеление: Глубинная работа с
убеждениями. Как
перепрограммировать ваше
подсознательное мышление для
глубокого внутреннего исцеления**

© ООО Книжное издательство «София», 2019

Предисловие

Тета-исцеление – это философия и целостная **целительская система**, которая позволяет устранить ограничивающие нас убеждения и укрепить положительные, а также способствует самопознанию и развитию духовности во благо человечества.

Эта книга задумана как углубленное руководство по технике диггинга^[1] убеждений и дополняет серию моих работ «Тета-исцеление», «Тета-исцеление. Продвинутый уровень», «Тета-исцеление. Болезни и расстройства от А до Я» и «Семь Планов Существования. Философия Тета-исцеления».

В своей первой книге «Тета-исцеление» я в пошаговой форме объясняю техники **чтения, исцеления, работы с убеждениями, работы с чувствами, диггинга и работы с генами**, излагаю вводные сведения о **Семи Планах Существования** и предоставляю дополнительную информацию для начинающих.

Следующая книга – «Тета-исцеление. Продвинутый уровень» – содержит более подробные инструкции по работе с чувствами и диггингу, а помимо этого дает углубленные знания о Планах Существования и убеждениях, которые, как я считаю, чрезвычайно важны для духовной эволюции. «Тета-исцеление. Продвинутый уровень» развивает идеи предыдущей книги, а в книге «Семь Планов Существования. Философия Тета-исцеления» изложены философские основы Тета-исцеления.

Для того чтобы полноценно использовать техники диггинга («раскапывания») убеждений, изложенные в данной книге, необходимо знать процедуры, которые объяснялись в «Тета-исцелении». Тем не менее описание процедур Тета-исцеления – всю ту информацию, которая может пригодиться начинающему целителю, – вы найдете в главах 1 и 2 и в глоссарии.

В книгах *«Тета-исцеление»* и *«Тета-исцеление. Продвинутый уровень»* дается полное объяснение техник энергетического целительства наряду с практиками медитации, основанными на действии **тета-волн**, которые, как я полагаю, и приносят физическое, психологическое и духовное исцеление. Когда наш ум находится в чистом, божественном **тета-состоянии**, мы способны установить связь с **Создателем Всего Сущего** посредством сосредоточенной молитвы. Создатель одаривает нас чудесными знаниями – эти знания преобразили мою жизнь и жизни многих людей.

Однако для практики Тета-исцеления и техник, описанных в этой книге, есть одно необходимое условие: вы должны твердо верить в энергию, пронизывающую все мироздание. Эту энергию можно называть Создателем Всего Сущего, Творцом или Богом. Овладеть этими техниками путем изучения и тренировок может каждый – каждый, кто верит в Бога или сущность Всего Сущего, протекающую через все вещи. Тета-исцеление не имеет религиозной принадлежности. Его процедуры не зависят от возраста, пола, цвета кожи, мировоззрения и вероисповедания. Любой человек, верящий в Бога или творческую энергию, может получить доступ к ветвям древа Тета-исцеления и пользоваться ими, а я убеждена, что у Создателя много разных имен: Бог, Жизненная сила, Аллах, Создатель Всего Сущего, Богиня, Иисус, Святой Дух, Первоисточник и Яхве.

Делясь с вами этой информацией, я не несу никакой ответственности за перемены, которые могут произойти в вашей жизни. Ответственность лежит на вас, и вы примете ее на себя, когда поймете, что в ваших силах изменить свою жизнь и жизни других людей.

Примечание для читателя

Я много лет преподавала Тета-исцеление и начала замечать отсутствие закономерности в том, как некоторые ученики раскапывают базовое или ключевое убеждение во время занятий.

Бывает, что одни приобрели плохие привычки в ходе обучения у предыдущих преподавателей, которые усвоили (или придумали сами) неправильную методику диггинга («раскапывания», или глубинной работы), тогда как другие не владеют вообще никакими техниками. Некоторые ученики на сеансах работы с убеждениями загружали негативные убеждения или загружали только длинные списки, а другие проводили работу с убеждениями, не пользуясь загрузками. Некоторые инструкторы проводили хорошую работу с убеждениями, но она оказалась не такой эффективной, какой могла бы быть, и их клиентам требовалось больше сеансов, чем необходимо для исцеления. Кто-то из учеников не прочел объяснения техник диггинга в книгах базового и продвинутого уровней.

Диггинг – один из важнейших элементов системы Тета-исцеления, и при этом из года в год на мои занятия приходят ученики и с плохими привычками. Занятия по диггингу были разработаны с целью помочь им «раскапывать» убеждения быстро и эффективно, а результатом этой работы и стала данная книга.

Введение

Психология тета-исцеления

Убеждениям, эмоциям и эмоциональным состояниям, механизмам их возникновения и действия посвящены тома исследований и множество теорий в области психологии, физиологии, философии, неврологии, социологии, эндокринологии и психотерапии. И все они ставят одни и те же вопросы: «Каково точное определение чувства, убеждения, эмоции? В какой области мозга они локализованы, как функционируют и что собой представляют?»

Многие современные научные концепции об эмоциях и убеждениях по сути представляют собой упражнения в теоретизировании, в которых одна идея строится на другой. С точки зрения некоторых психологов, чувство есть субъективное переживание, которое определяется эмоциональным состоянием. Это следствие эмоционального состояния проявляется в форме вербальных и физических реакций, однако мы не можем *осуществлять механистическое наблюдение* за тем, как именно они формируются – за исключением тех случаев, когда мы применяем энцефалографию для считывания мозговых волн или, с относительно недавнего времени, компьютерную томографию. Тем не менее можно предположить, что эмоции распространяются по телу в виде электрохимических импульсов посредством нервной системы и системы кровообращения.

По мнению ряда психологов, наши эмоциональные состояния в сущности представляют собой биологически детерминированную реакцию на действие социальных факторов и факторов окружающей среды. Согласно этим теориям, базовых эмоций всего шесть: гнев, отвращение, страх, радость, грусть и удивление. Базовые эмоции, смешиваясь друг с другом, формируют более сложные эмоции.

Хороший пример – презрение, которое является сочетанием гнева и отвращения. (Пожалуйста, поймите, что эти представления об эмоциях не более чем теоретические предположения.)

Однако ни одна из этих концепций не объясняет, *почему* мы вырабатываем те или иные убеждения или воспринимаем их извне. Является ли убеждение эмоциональным состоянием? Где оно локализуется в головном мозге? Каким образом формируется? Почему конкретный человек приобретает именно такие убеждения, а не другие?

С уверенностью можно сказать только одно: убеждения – это ментальные объекты, которые глубоко укореняются в мозгу и, как и воспоминания, закрепляются в позитивных или негативных состояниях. Отсюда вытекает следующий вопрос: как мы распознаем свои убеждения и как изменить их при необходимости? Ненависть, предвзятость и дискриминация – лишь немногие примеры негативных убеждений, которые способны закрепиться и превратиться в нечто выходящее за рамки эмоциональной сферы, оставаясь при этом источником негативных эмоций. И напротив, убеждениям, связанным с молитвой, медитацией, любовью, доброжелательностью, свойственно создавать позитивные эмоции и чувства. Некоторые ученые предполагают, что закрепление убеждений в мозге происходит так же, как и формирование воспоминаний. Но как изменить уже закрепившиеся убеждения?

Кэтлин Тейлор, нейролог из Оксфордского университета, утверждает: «Если их [убеждения] поставить под сомнение, то они немного ослабнут. Если это происходит при мощной поддержке новых убеждений, то вам удастся осуществить переход от одних убеждений к другим» [1].

Убеждения – врата подсознания

Работа с убеждениями и **диггинг** являются неотъемлемой частью системы Тета-исцеления, и их можно рассматривать с психологической точки зрения как прямой способ раскрыть ворота **бессознательного** ума для осуществления преобразований. При наблюдении за людьми на сеансах работы с убеждениями выясняется, что по крайней мере у некоторых из них океан подсознания окружен «защитным пузырем». Это защитное поле формируется естественным образом, чтобы жесткий диск подсознания мог оградить нас от боли – или переживаний, которые воспринимаются как болезненные, – в том случае, если мы попытаемся изменить убеждения (или **программы**), которые складывались на протяжении всей нашей жизни.

Наш мозг функционирует как биологический суперкомпьютер, который анализирует информацию и реагирует на нее. Наша реакция на конкретное переживание определяется тем, какая информация поступила в бессознательное, как она воспринята и интерпретирована. Если убеждение воспринято умом как «действительное», оно начинает кристаллизоваться, преобразуется в программу и записывается на жесткий диск подсознания. Как и в сфере вычислительных технологий, в практике Тета-исцеления убеждения называются программами потому, что жесткий диск бессознательного воспроизводит их, невзирая на то, позитивные они или негативные.

В зависимости от того, что представляет собой конкретная программа и как мы на нее реагируем, она может быть полезной либо служить нам помехой. Например, действие скрытой программы «я не могу преуспеть» может привести к потере всего даже после многих лет успешной жизни или к самосаботажу, а поскольку программа воспроизводится неосознанно, она продолжает оказывать подрывающий эффект. Программы такого рода, которые

формируются, как правило, в детстве, таятся в глубинах бессознательного ума в ожидании возможности проявить себя в реальности.

Этим объясняется и то, почему многие из нас по мере обучения и роста замечают, что перемены и развитие нам вовсе не друзья. В детстве мы на своем опыте постигаем, что перемены бывают мучительными и даже опасными. Травма, пережитая в детстве, – возможно, вызванная переводом в другую школу, разводом родителей, смертью близкого человека или какой-либо другой причиной, – приводит к формированию вокруг подсознания защитного пузыря для защиты от страданий. Когда мы становимся старше, перемены и рост (как они понимаются в западной картине мира) переживаются все так же болезненно. Такие события, как потеря или смена работы, разрыв отношений или старение организма, часто приводят к тому, что наше восприятие изменений становится все более негативным. Когда подсознание усваивает эти приобретенные модели поведения – не все из которых идут нам на пользу, – оно понимает, что в глубинах таятся чудовища, а некоторые из этих моделей при непосредственном контакте с ними и попытках что-то изменить к лучшему могут причинять боль. В результате защитный пузырь остается на своем месте. Чем старше мы становимся, тем труднее нам совершать потенциально мучительные преобразования, а слои защиты делаются все толще и толще. Работа с убеждениями позволяет проникнуть сквозь слои «пузыря» в бессознательный ум и осуществить изменения, не вызывая боли.

Работа с убеждениями наделяет нас способностью удалять любые негативные программы или заменять их позитивными и благотворными благодаря пониманию того факта, что перемены могут осуществляться за счет самой могущественной силы во вселенной – энергии элементарных частиц. Как воспринимать эту силу – личное дело каждого. Одни называют эту сущность Богом, другие воспринимают ее через призму научных знаний. И в том, и в другом случае она дает нам точку концентрации для осуществления

значимых перемен в нашей жизни. В ходе этого процесса убеждение, одновременно и внешнее, и внутреннее, воспринимается как самое сильное среди всех убеждений в нашем уме.

Процесс осуществления перемен

При помощи техники **энергетического тестирования** (см. главу 2) мы можем определить, какие программы-убеждения хранятся у нас в подсознании и на каком из **четырёх уровней (базовом, генетическом, историческом и уровне души)**, присущих нам от рождения, они находятся. Энергетическое тестирование – это процедура непосредственной проверки энергетического поля (вашего или вашего клиента) или сущности Всего Сущего путем выявления реакций на стимулы. Она позволяет точно определить, имеет ли место конкретная программа-убеждение, и перенести ее в поле **сознательного** ума. Далее программу-убеждение можно извлечь и загрузить на ее место новую. Иными словами, клиент *верит*, что старая программа извлечена и ее место заняла другая.

Энергетическое тестирование полезно тем, кто только начинает работать с убеждениями, и тем, кому нужно доказательство того, что что-то действительно происходит. Однако, как только вы углубитесь в практику диггинга – «раскапывания» базовых, или ключевых, убеждений, в основе которой лежит синхронистическое взаимодействие (ее мы подробно рассмотрим в последующих главах), – и когда клиент начнет совершать интуитивные квантовые скачки в процессе этого взаимодействия, необходимость в применении этой довольно механистической техники для проверки каждого убеждения отпадет.

Важнее всего то, что благодаря инструменту энергетического тестирования мы осознаем свою способность проникать в подсознание и производить в нем изменения без боли. Когда будет преобразовано достаточное количество программ, ум поймет, что ему не нужно нас защищать, а мы в итоге приобретем прямой доступ к бессознательному. На этом этапе мы сможем производить переменны спонтанно, без энергетического тестирования. В дальнейшем любые необходимые изменения в подсознании будут

осуществляться во сне и осмысляться сознающим умом после пробуждения. Возможно, добиваться изменений будет по-прежнему нелегко, но мы увидим, что это не настолько ошеломительно трудная задача, чтобы ее бояться. Теперь мы сможем проводить работу с собственными убеждениями автоматически, без промедления осуществляя внутренние перемены, которые затем проявятся и распространятся на более материальные аспекты нашей жизни.

Однако для того, чтобы изменять убеждения, подсознание не должно испытывать дискомфорт в связи с их извлечением. Ключом к раскрытию дверей бессознательного и осуществлению изменений в программах, которые иначе остались бы на своих местах, является понимание идеи четырех уровней убеждения. Объясняется это тем, что, как только бессознательное примет идею четырех уровней, оно приобретет структуру, в рамках которой будут проявляться изменения и происходить развитие.

Работая с чувствами, мы указываем бессознательному уму на то, что, возможно, существуют чувства, которые он никогда не испытывал или по той или иной причине отверг в прошлом. Предполагается также, что эти чувства можно загрузить из Божественного источника, а поскольку такое предложение поступает из сферы Божественного, подсознание с большей вероятностью примет **загружаемое чувство** и соответствующие позитивные изменения.

1

Тета-техника

Как было сказано во введении к этой книге, работа с убеждениями является важным средством переноса программ-убеждений, препятствующих нашему исцелению или продвижению, в область сознающего ума. В ходе «раскапывания» убеждений вам предстоит применять определенную технику, которая введет вас в состояние тета-волн, а если вы новичок в Тета-исцелении, то, возможно, эта глава поможет вам приобрести общее представление о «ветвях» древа Тета-техники.

Базовые техники исцеления и чтения в практике Тета-исцеления достаточно просты в выполнении. Однако в основе этих процедур лежит визуализация, которая сходу может не получиться. Поэтому перед началом работы с убеждениями было бы неплохо попрактиковаться в техниках, описанных в этой главе. Но мы убедились, что научиться визуализировать способен каждый. Так что, следуя инструкциям в удобном для вас темпе, вы непременно приобретете этот навык.

Древо тета-исцеления

Техники исцеления и чтения основаны на силе, проистекающей из взаимосвязанности с Создателем и сосредоточенной мысли. Чтобы установить контакт с Создателем и сконцентрировать мысли, нужно прежде всего определить свои интуитивные способности. Поэтому для понимания этого процесса необходимо как можно более полно изучить свой врожденный потенциал.

Приведенные ниже термины относятся к первым «ветвям» «древа» Тета-исцеления, по которым мы «восходим в поисках встречи с Богом»:

- Сила слов и мыслей
- Волны мозга
- Свободная воля и со-творение [2]
- Экстрасенсорные способности и чакры
- Веление или запрос (*веление* обращено к подсознанию, *запрос* – к Создателю)
- Сила наблюдения-визуализации и свидетельствования
- Создатель Всего Сущего на **Седьмом Плани Существования**.

Тета-состояние ума

Следующий этап процесса заключается в понимании того, каким образом используется **тета-состояние** в технике чтения в ходе работы с убеждениями. Существует пять типов волн мозга: бета, альфа, тета, дельта и гамма. Волновая активность не прекращается ни на минуту, поскольку мозг постоянно производит волны всех диапазонов частот. Посредством волн различных частот регулируются все наши действия и высказывания.

Тета-состояние мозговых волн – это состояние очень глубокого расслабления, полусна, находясь в котором человек испытывает творческий подъем, вдохновение и духовные переживания. Мы полагаем, что в этом состоянии мы можем проникать в бессознательное и устанавливать прямой канал связи с Божественным.

Я убеждена, что во время медитативной практики и при произнесении слова «Бог» мы способны находиться в тета-состоянии осознанно. Пребывая в таком осознанном состоянии ума, мы можем создавать все что угодно, моментально изменять нашу действительность и направлять сознание за пределы этого смертного тела, чтобы войти в контакт с энергией Всего Сущего на Седьмом Плани Существования, которой извечно пронизана вся вселенная. Как показало множество исследований [2], во время сеанса исцеления и целитель, и исцеляемый переходят на частоты тета- и дельта-волн, и именно этим можно объяснить визионерский опыт некоторых целителей.

Поэтому прежде чем приступить к «раскапыванию» убеждений – у себя или у клиента, – выполните описанную ниже медитацию энергии Всего Сущего. Так вы откроете двери своего ума и установите связь с чистейшей сущностью энергии Всего Сущего. Эта ментальная дорожная карта окажет стимулирующее воздействие на

нейроны вашего мозга и поможет войти в контакт с энергией мироздания.

ДОРОЖНАЯ КАРТА К МЕДИТАЦИИ ВСЕГО СУЩЕГО (РАСШИРЕННЫЙ ВАРИАНТ)

В ходе данной медитации, которая представляет собой расширенный вариант техники, предложенной в книге *«Семь Планов Существования»*, вы отправитесь в путь на поиски личности Создателя внутри вас – воплощение высочайшего разума и совершенной любви, – одновременно двигаясь навстречу космическому сознанию.

1. Сначала направьте сознание вниз к центру Матери Земли, навстречу энергии Всего Сущего.

2. Теперь направьте энергию Всего Сущего вверх, чтобы она через стопы ног проникла в ваше тело.

3. Далее поднимайте энергию вверх, проведите ее через семь своих чакр и выведите из тела через макушку головы. Представьте, что эта энергия – шар, сотканный из прекрасного света, и вообразите себя внутри него. Задержитесь на некоторое время, чтобы рассмотреть, какого он цвета.

4. Вознесите сознание выше звезд и представьте, как оно выходит за пределы вселенной.

5. Представьте, как входите в необъятную область света, простирающуюся над вселенной. Продолжайте подниматься, и вы увидите слой еще более яркого света, затем еще и еще. Таких слоев будет много, а вы двигайтесь дальше.

6. Между световыми слоями будут более тусклые области, но это всего лишь переходы между световыми уровнями. Двигайтесь дальше.

7. Наконец вы достигнете области яркого золотого света. Пройдите через нее, и вы увидите энергию, которая поначалу покажется довольно темной, – густую желеобразную субстанцию, переливающуюся всеми цветами радуги. Войдя в

эту субстанцию, вы увидите, что она непрерывно меняет свой цвет. Это Законы, и здесь вы увидите все возможные цвета и формы. На некотором отдалении от вас будет область белого цвета с голубоватым жемчужным отливом. Направляйтесь к ней. Избегайте участков темно-синего света – это Закон Магнетизма. Сущность Законов способна заморозить вас, так что, не задерживаясь, двигайтесь к следующей световой области.

8. Приблизившись к области белого переливающегося света, вы увидите розовую дымку. Это Закон Сострадания – он приведет вас в особое место на Седьмом Плане Существования. Вы увидите, что область жемчужного света имеет прямоугольную форму и подобна окну. Это и есть вход на Седьмой План.

9. Войдите в эту область, погрузитесь в нее как можно глубже. Вы окажетесь посреди искрящегося белого света. Поначалу в нем будут редкие искры с жемчужно-голубым отливом, но в целом он будет представлять собой белоснежное сияние. Почувствуйте, как этот свет проходит через ваше тело. Это легкое ощущение, но при этом оно несет в себе субстанцию. Вы ощутите, как она разливается по вашему телу и вы как будто перестаете чувствовать разграничение между собственным телом и энергией. Вы становитесь Создателем Всего Сущего, воплощением высшего разума и совершенной любви. Не беспокойтесь, ваше тело не исчезнет – в этот момент оно становится здоровым и совершенным. Помните, что на этом Плане существует только энергия, здесь нет ни людей, ни вещей. Если вы кого-то видите, то поднимитесь выше. Именно на этом Плане Создатель Всего Сущего мгновенно исцеляет, а вы можете творить свою жизнь в любых ее аспектах.

Осмыслив данную медитацию и овладев ею на практике, вы будете готовы к выполнению описанных ниже процедур чтения и