

# Метафизика – исцеление Души и Тела

День 3

## **РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ**

ВАШЕ ЛИЧНОЕ РУКОВОДСТВО КО 2-МУ ДНЮ ИНТЕНСИВА  
С ЖАННОЙ АБРАМОВОЙ

# Как получить максимальную пользу от интенсива?

1. Распечатайте рабочую тетрадь для заполнения от руки.
2. Просмотрите содержание тетради, чтобы сосредоточиться на важной для вас информации. Убедитесь, что вы выделили время для интенсива, чтобы сфокусироваться и получить от него пользу.
3. Записывайте все интересные мысли и идеи, которые будут к вам приходить в ходе обучения, чтобы не пропустить важных моментов.
4. Подумайте, как вы можете, не откладывая, начать использовать эти знания.

# Жанна Абрамова

- ▶ Клинический психолог
- ▶ Гештальт терапевт
- ▶ Мастер практической психологии и технологий осознанности
- ▶ Коуч, тренер обучающих и трансформационных программ
- ▶ Процессор техник РПТ, Тета-Хилинга, субклеточный психобиологии
- ▶ Мастер метафорических карт (МАК), системных расстановок, технологии Мгновенного исцеления (Метафизика), регрессивного гипноза
- ▶ Эксперт TV-радио-шоу, информационных передач
- ▶ Автор тренинговых программ и курсов по женской психологии
- ▶ Более 12 лет практической работы с клиентами





# Регламент 3-го дня

- ▶ Кожные заболевания – личные границы
- ▶ Шизофрения
- ▶ Суицид
- ▶ Депрессии
- ▶ Вегето-сосудистные заболевания
- ▶ Гипертония / Гипотония
- ▶ Онкология
- ▶ **БОНУС:** разбор физиогномики заболеваний по фото

# Вторжение «паразитов» и Личные границы

- ▶ Что такое личные границы и как мы их устанавливаем?
- ▶ Как распознаем границы других людей?
- ▶ Когда мы понимаем, что наши границы нарушены?
- ▶ Как нам дают понять, что мы нарушаем чьи то границы?
  
- ▶ Наша кожа – часть первой обороны
- ▶ Паразиты в нашем теле сообщают о нарушении границ
- ▶ Иммунная и лимфатическая система включаются в оборону после провала защиты первой обороны

# Паразиты

- ▶ Паразит – организм, питающийся за счет другого организма
- ▶ Греч «пара» -на стороне, «ситос» - еда. Изначально паразитами называли бедных родственников, питавшихся за счет своих более обеспеченных родственников
- ▶ Существа или вещества?
- ▶ Зло или добро? От чего зависит?
- ▶ Нарушение личностных границ приводит ко вторжению извне.
- ▶ Паразиты притягиваются к эмоциональному состоянию и мимикрируют под это состояние, каждый раз вызывая подобное состояние (еда)
- ▶ Паразиты извне говорят о паразитах в наших телах

# Основные принципы вторжения паразитов

- ▶ Различные эмоциональные состояния делают нас чувствительными к различным видам паразитов
- ▶ Люди привлекают к себе других людей с похожими эмоциональными состояниями
- ▶ Люди способны привлекать к себе людей с такими паразитами, к которым они чувствительны сами
- ▶ Необходимо исцелять эмоциональное состояние, которое притягивает паразитов
- ▶ Необходимо признавать изменения в паразитах
- ▶ Укрепление личных границ позволят выстраивать защиту от паразитов



# Понимание плохих границ или Закон справедливого обмена

## ► Проблемы насилия определяются несколькими способами:

1. Вы даете, даете, даете, а после чувствуете себя изнасилованным. Хотя по началу испытываете состояние радости от даяния, но если не получаете взамен того, ради чего все затеивалось, возникает ощущение собственной использованности (изнасилованности)
2. Боитесь попросить о Справедливом обмене, поэтому забираете у себя
3. Боитесь взять, когда вам предлагают, поэтому отказываетесь от желаний
4. Пользуетесь чужими ресурсами, либо снова забираете у себя, так как существует ощущение пустоты и недостаточности

# Мои заметки:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

# Техника «Исцеление идентичности»

Возьмите какую-нибудь на сейчас проблемную ситуацию. Назовите ее (например, не могу похудеть, ругаюсь с мужем, злюсь на свекровь). Почему эта ситуация происходит? (например, не могу себя ограничивать в еде, муж меня не понимает, свекровь ко мне лезет - **Ум Головы**.)

2. Как во всем этом я себя чувствую? (например, безвольной, правой, обиженной) – **Ум Сердца**
3. Что хочется сделать? (например, сбежать, напасть, убить кого-нибудь, спрятаться) – **Ум Тела**

# Мои заметки:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

# Аллергические реакции

Кожа как **«защитник души»** реагирует различными высыпаниями в ответ на не преодоление трудностей реальной жизни. Люди в этих случаях как бы **«волнуются кожей»**.

- ▶ Кожа образует **границу личности**, она отграничивает его от окружающего мира и она открыта для воздействия извне. Эта граница у аллергика поражена. Аллергик не может определить границу между собой и другими, он в каком-то смысле **лишен кожи**.
- ▶ **Прописать симптомы, озвученные на вебинаре**

# Мои заметки:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

# Шизофрения

Мне где-то 6 лет назад поставили диагноз шизофрения из-за мании преследования (**тиран**). Думала справлюсь. Всё было тихо. А тут бабушка всё время болеть стала то одно у нее то другое. И куча всего как у всех. Начало много нервничать. И конечно накрутила себя очень сильно. Просто в прошлом году именно в это время у меня случилось сильное обострение из-за которого я попала в больницу во второй раз.

У меня всё время галлюцинации звуковые и зрительные (**родовая память**). Руки трясутся. Очень сильно. В магазин не могу даже сходить. Рука так ещё не тряслась.

**Всё что я хочу это просто лежать (жертва)**. Не уверена что ещё, хоть что-то хочу (**инстинкт умирать**) Я не могу с ней бороться. каждую минуту, что-то голоса говорят. то сказку рассказывают. то поют. то орут. то ругают. ерунду говорят. плюс люди на улице ходят. и все одновременно (**переплетение прошлого и будущего**) Я начинаю завидовать тем кому делали лоботомию. Да выглядела она страшно и без жалостно. Могли бы пациентам вводить анестезию.

У меня такой бред в голове!!! Ты себе не представляешь! Я не знаю как его оттуда достать (**переплетение**) Все говорят, что надо отвлекаться. Но так у меня выходит 24 часа по кругу и так второй месяц.

Галлюцинации такие дурацкие (**память травмы рода**). Всё время всё на повторе (**если будут дети, повтор неизбежен**). Или рассказ идиотский. Так и хочется башкой об стену.

# **Запрос:** Девочка Дарья страдает психическим расстройством

Екатерина , у которой дочь Дарья, не больна психическим заболеванием

У матери Екатерины родилась мертвая дочь, но врачи успокоили, что если бы девочка выжила, то была бы психически нездоровой

**Мать Екатерины**



**Мертворожденная  
девочка**



**Екатерина**



**Дочь Дарья,  
страдает психическим  
расстройством**





# Самоубийство

- ▶ **Часть Я**, которая заставляет человека совершить самоубийство, пытается таким образом найти легкий путь решения **внутреннего конфликта**.
- ▶ **Выписываем внутренние конфликты, озвученные на вебинаре**

# Мои заметки:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

# Инфантильность

- Отсутствие понимания причинно-следственных связей
- **Прописываем симптомы инфантильности, озвученные на вебинаре**

# Мои заметки:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

# Депрессия

**Реакцией «замирания» у человека является депрессия. А реакцией «убегания» - вегето-сосудистая дистония.**

▶ Прописываем инстинкты, озвученные на вебинаре

# Мои заметки:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

# Вегето-сосудистая дистония

В психике такого человека постоянно - то затухая, то разгораясь под влиянием внешних и внутренних стимулов - идет борьба между тем, что есть и тем, что хочется, между тем, что требует тело и тем, что разрешено - обществом или родителями. А на «поверхности» его тела это отражается в виде вегето-сосудистой дистонии той или иной степени.

- ▶ **Прописываем симптомы, озвученные на вебинаре**

# Мои заметки:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_



# Гипертония

Подъем артериального давления в норме является приспособительной реакцией к изменяющимся обстоятельствам жизни.

- ▶ **Прописываем реакции, озвученные на вебинаре**

# Мои заметки:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

# Онкология

**Для избавления от психосоматоза рак** человек должен кардинально изменить свою жизнь. Не скорректировать, **а именно изменить!**

- ▶ **Корректировка шкалы ценностей:** догмы, морали, установки, жесткие привязки
- ▶ **Переоценка значения событий,** определение своей роли в возникновении событий (вторичные выгоды).
- ▶ **Прощение** (обиды, упрямство, злость, уверенность в неправоте другого или в собственной вине/никчемности)
- ▶ **Удовлетворение давно отложенных желаний** (пойти, купить, сделать)
- ▶ **Корректировка собственных обязанностей** (личные границы, долг, контроль, обязанность)
- ▶ **Постановка новых жизненных целей,** определение вектора на жизнь – лечиться, чтобы жить, а не жить, чтобы лечиться

## Состояние, которое подавляет иммунную функцию организма

- Неспособность выражать аутентичные чувства, особенно в целях самозащиты (Личные границы)
- ▶ Ощущение своей неполноценности и вечное недовольство самим собой (Самосаботаж)
- ▶ Напряженность в отношениях с одним или обеими родителями (рэкетные чувства, неприятие, отверженность, недолюбленность, созависимость)
- ▶ Переживание тяжелой эмоциональной потери, на которую человек реагирует чувством беспомощности, безнадежности, подавленности, стремлением к изоляции, т.е. так же, как в детстве, когда он оказывался лишенным чего-то важного.

# БОНУС

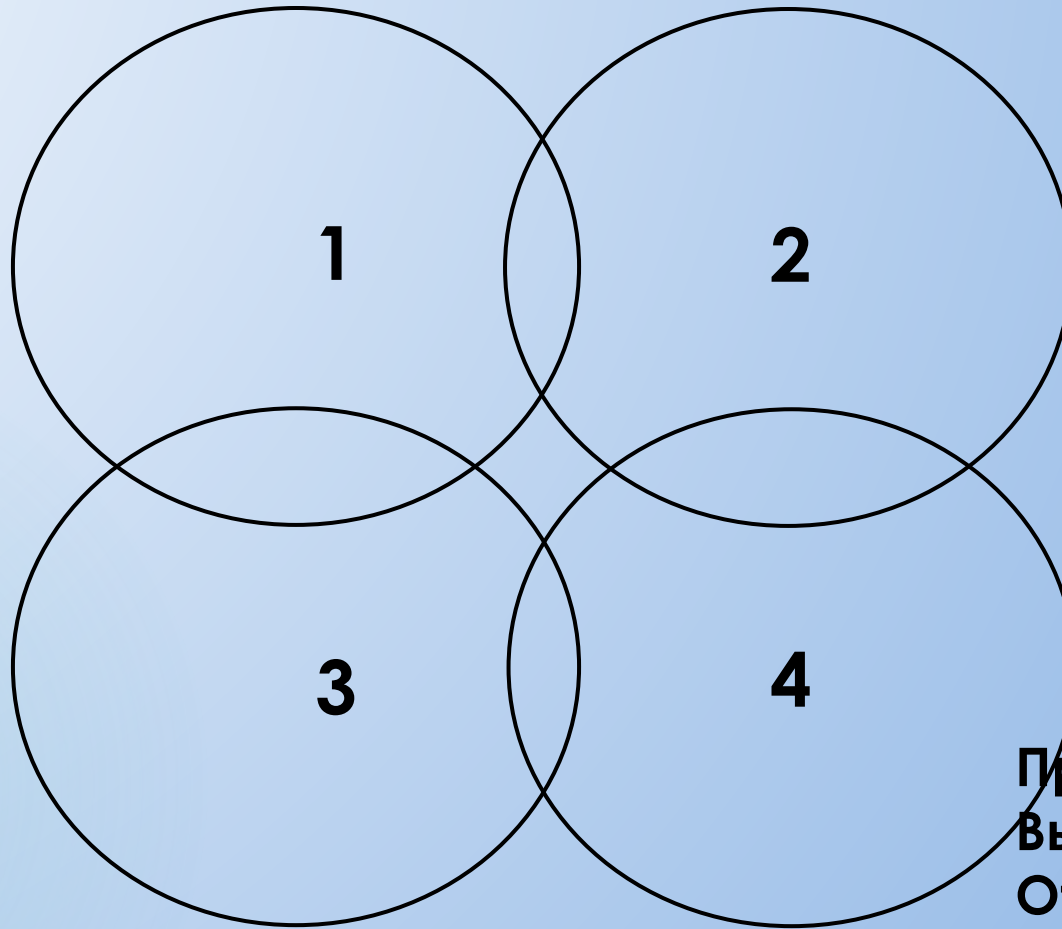
Разбор физиогномики заболеваний по фото

# 1. ОБЩЕНИЕ

Коммуникации  
Социальная адаптация  
Самопозиционирование  
Личные границы  
Проявление себя  
Несостоятельность  
Желания

# 3. САБОТАЖ

Саботаж  
Вторичные выгоды  
Рэкетные чувства  
Низкий уровень энергии  
Отсутствие мотивации/стимула  
Отсутствие позволения что-то



# 2. ПОДДЕРЖКА

Поддержка мамы, рода/социума  
Ресурсы  
Возможности  
Потенциал  
Энергия  
Мотивация  
Любовь

# 4. ОТСУТСТВИЕ КОНТРОЛЯ/УПРАВЛЕНИЯ

Провальные инстинкты  
Выживательные инстинкты  
Отсутствие жизненной позиции  
Ведомая позиция  
Неуправление своей жизнью  
Отказ от роля

# Этапы исцеления Души и Тела

- Исцеление физическое и эмоциональное основано на выявлении и проработке ключевой травмы. Ее необходимо найти, выявить симптомы и исцелить.

## **Механизм исцеления разделен на уровни:**

- Травмы собственной жизни
- Перинатальный период
- Ключевые моменты развития клетки
- Наследственные коды
- Родовые программы
- Травма Души

# Домашнее задание

- ▶ Взять свою фотографию и найти на фото свой зажим
- ▶ Через зажим найти конфликтное состояние