

ИНТЕГРАЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ГАРМОНИЗАЦИИ

# Карта тела

*Психосоматическое приложение  
к технологии гармонизации человека*

*«Тело говорит — а мы учимся слышать урок»*

*от Лику к Лику через совесть и родовую память*

РОМАН ОСТРИКОВ

# Карта тела

*Психосоматическое приложение к Интегральной  
технологии гармонизации*

*от Лица к Лику через совесть и родовую память*

Остриков Роман Петрович

## Тело как зеркало уроков

Дорогой друг, эта карта — продолжение нашей технологии, обращённое к телу. Всё, что болит, ноет, сжимается или холодеет в теле, есть голос Лица, зовущий нас к уроку. Болезнь не враг и не наказание — это личина, выросшая там, где одна из двенадцати высших энергий исказилась в сторону ян (избытка, жара) или инь (недостатка, холода).

Работа с телом идёт по тому же пути, что и вся практика: войти в зону тьмы и холода, опознать урок, совершить покаяние, призвать противоположную высшую энергию и заполнить орган золотисто-белым светом, закрепив новое состояние позитивным уроком. «Я в доме хозяин».

*Эта карта — не диагноз и не замена врачу. Это зеркало для совести и самоисследования. При телесных недугах непременно обратись к специалисту, а душевную работу веди рядом, как со-творчество со светом.*

## Якорь карты: пять стихий

Чтобы карта тела была укоренённой, а не произвольной, мы опираемся на древнюю основу пяти стихий, переведённую на язык наших двенадцати энергий. Каждая стихия хранит свои органы, свои искажения и свой свет для исцеления.

Стихия	Органы и зоны	Искажения	Энергии света
Дерево	печень, желчный, суставы, шея, глаза	гнев, раздражение, упрямство, нерешительность	Прощение, Гармония, Смирение
Огонь	сердце, сосуды, давление, сон	обида, тревога, гиперконтроль, закрытость	Любовь, Доверие, Радость
Земля	желудок, спина-опора, мышцы, вес	непринятие, ноша, нехватка любви	Принятие, Достоинство, Гармония
Металл	лёгкие, толстый кишечник, кожа, горло	печаль, отпускание, границы, невысказанность	Жизнь, Свобода, Истина
Вода	почки, поясница, кости, колени, зубы, половые органы	страх, выживание, воля, опора	Вера, Защищённость, Изобилие

## Карта тела: зоны, уроки, свет

Для каждой зоны указаны: стихия, искажённая энергия и её полярность, образ личины, имя урока, высшие энергии для замещения, аффирмация (позитивный урок) и возможный родовой корень.

### Сердце · стихия огонь

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Любовь — инь (обида, закрытость)	Сердце в скорлупе	Урок обиды

**Энергии света:** Любовь, Прощение, Принятие

**Аффирмация:** *«Я открываю сердце. Любовь во мне в безопасности.»*

**Родовой корень:** Ранние утраты, неразделённая любовь, запрет на нежность.

### Лёгкие · стихия металл

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Жизнь — инь (печаль, страх жизни)	Серая пелена на груди	Урок печали

**Энергии света:** Жизнь, Вера, Радость

**Аффирмация:** *«Я дышу полной грудью. Я имею право жить и радоваться.»*

**Родовой корень:** Невыплаканные потери предков, привычка «держаться».

### Желудок · стихия земля

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Гармония — инь (тревога, неприятие)	Сжатый комок	Урок неприятия

**Энергии света:** Гармония, Принятие, Благодарность

**Аффирмация:** *«Я спокойно усваиваю жизнь. Я принимаю то, что есть.»*

**Родовой корень:** Родовая тревога, «выживание любой ценой».

### Печень · стихия дерево

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Любовь — ян (гнев, осуждение)	Лярва гнева (зона ян-лярв)	Урок гнева

**Энергии света:** Прощение, Гармония, Любовь

**Аффирмация:** *«Я отпускаю гнев. Прощение делает меня свободным.»*

**Родовой корень:** Родовые конфликты, несправедливости, «кипящая кровь».

## Горло · стихия металл

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Истина — инь (невысказанность)	Сжатое кольцо на горле	Урок немоты

**Энергии света:** Истина, Свобода, Вдохновение

**Аффирмация:** *«Мой голос имеет право звучать. Я говорю свою правду с любовью.»*

**Родовой корень:** В роду запрещали говорить: «молчи — целее будешь».

## Шея · стихия дерево

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Истина — ян (упрямство, правота)	Жёсткий стержень	Урок правоты

**Энергии света:** Смирение, Гармония, Истина

**Аффирмация:** *«Истина многогранна. Я гибко смотрю на мир.»*

**Родовой корень:** Родовая негибаемость, гордая жёсткость.

## Голова · стихия огонь

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Гармония — ян (гиперконтроль)	Стальной обруч	Урок контроля

**Энергии света:** Доверие, Вера, Гармония

**Аффирмация:** *«Я доверяю жизни. Я могу отпустить контроль.»*

**Родовой корень:** Предки выживали через тотальный контроль.

## Спина · стихия земля

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Вера — инь (бессилие под ношей)	Невидимый груз на плечах	Урок жертвы

**Энергии света:** Достоинство, Вера, Гармония

**Аффирмация:** *«У меня есть опора. Я могу просить о помощи.»*

**Родовой корень:** Родовой сценарий «один за всех».

## Поясница · стихия вода

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Жизнь — инь (страх выживания)	Холодная пустота в основании	Урок бедности

**Энергии света:** Изобилие, Вера, Жизнь

**Аффирмация:** *«Жизнь поддерживает меня. Я открыт изобилию.»*

**Родовой корень:** Родовая бедность, потери, страх нищеты.

## Почки · стихия вода

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Вера — инь (страх)	Дрожащий холод в пояснице	Урок страха

**Энергии света:** Вера, Защищённость, Любовь

**Аффирмация:** *«Я в безопасности. Я доверяю жизни и людям.»*

**Родовой корень:** Родовые страхи, тревога за выживание.

## Кишечник · стихия металл

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Гармония — ян (контроль, неотпускание)	Сжатый кулак	Урок контроля

**Энергии света:** Доверие, Свобода, Благодарность

**Аффирмация:** *«Я легко отпускаю отжившее.»*

**Родовой корень:** Родовая скупость, страх «отдать и остаться ни с чем».

## Колени · стихия вода

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Истина — ян (гордыня) / страх идти	Закостеневший сустав	Урок гордыни

**Энергии света:** Смирение, Вера, Цель

**Аффирмация:** *«Я гибко иду вперёд. Склониться — не слабость, а сила.»*

**Родовой корень:** Родовая гордость или страх перемен.

## Суставы · стихия дерево

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Гармония — ян (жесткость)	Заржавевшие шарниры	Урок идеала

**Энергии света:** Гибкость, Гармония, Принятие

**Аффирмация:** «Я гибок и текуч. Я принимаю перемены легко.»

**Родовой корень:** Родовая ригидность.

## Кожа · стихия металл

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Любовь — инь (стыд, отверженность)	Тонкая броня	Урок отверженности

**Энергии света:** Принятие, Любовь, Защищённость

**Аффирмация:** «Я в безопасности в своей коже. Меня можно любить.»

**Родовой корень:** Родовой стыд, «что люди скажут».

## Зубы · стихия вода

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Цель — инь (нерешительность)	Стиснутые челюсти	Урок несвободы

**Энергии света:** Цель, Истина, Достоинство

**Аффирмация:** «Я принимаю решения и стою за себя.»

**Родовой корень:** Родовая нерешительность, страх постоять за себя.

## Аллергия · стихия металл

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Любовь — ян (непереносимость)	Ощетинившаяся защита	Урок непринятия

**Энергии света:** Принятие, Гармония, Любовь

**Аффирмация:** «Я принимаю мир и людей. Мне ничто не угрожает.»

**Родовой корень:** Родовое отвержение, «свой-чужой».

## Лишний вес · стихия земля

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Любовь — инь (нехватка любви и защиты)	Мягкая броня	Урок жертвы

**Энергии света:** Любовь, Защищённость, Принятие

**Аффирмация:** «Я в безопасности и любим. Мне не нужно прятаться.»

**Родовой корень:** Родовой голод — телесный или душевный.

**Бессонница · стихия огонь**

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Вера — ян (тревога, неотпускание)	Неугомонный сторож	Урок контроля

**Энергии света:** Доверие, Вера, Гармония

**Аффирмация:** *«Я доверяю ночи. Я отпускаю день.»*

**Родовой корень:** Родовая тревожность, «надо быть начеку».

**Давление · стихия огонь**

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Гармония — ян (подавленный гнев)	Сжатая пружина	Урок гнева

**Энергии света:** Гармония, Прощение, Свобода

**Аффирмация:** *«Я отпускаю напряжение. Мои чувства имеют право быть.»*

**Родовой корень:** Родовое «терпи и держись».

**Женские органы · стихия вода**

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Созидание — инь (неприятие женственности)	Закрытый сосуд жизни	Урок отверженности

**Энергии света:** Жизнь, Созидание, Любовь

**Аффирмация:** *«Я принимаю свою женственность как дар.»*

**Родовой корень:** Родовые программы по женской линии.

**Мужские органы · стихия вода**

Искажённая энергия	Личина / лярва	Урок
Созидание — инь (страх несостоятельности)	Сжатый страх под маской силы	Урок недостойности

**Энергии света:** Достоинство, Жизнь, Созидание

**Аффирмация:** *«Моя ценность не требует доказательств.»*

**Родовой корень:** Родовое «мужчина не имеет права на слабость».

## Кластеры-личины: когда болит сразу несколько зон

Искажённые энергии редко приходят поодиночке. Они сплетаются в кластеры — диады (две), триады (три), тетрады (четыре) — и образуют устойчивые личины. Если у человека болит сразу несколько зон, мы собираем их в одну личину и ищем общую глубинную веру и объединяющий урок.

Канонический пример — личина «жертвы»: обида (инь-Любовь) + вина (инь-Жизнь) + бессилие (инь-Вера) + скрытая гордыня (ян-Истина). Распознав весь кластер, мы исцеляем не отдельный симптом, а корень, питающий лярву.

### Каталог готовых личин

Эти личины «стыкуются как шестерёнки» в невротических связях: жертва ищет тирана, спасатель — жертву, зависимый — контролёра. Узнав свою личину, человек перестаёт играть её роль.

#### Жертва

**Кластер искажений:** обида (инь-Любовь), вина (инь-Жизнь), бессилие (инь-Вера), скрытая гордыня (ян-Истина)

**Зоны тела:** спина, желудок, вес, хронические боли

**Глубинная вера:** *«Чтобы выжить и быть любимым, нужно страдать.»*

**Энергии света:** Достоинство, Вера, Любовь к себе, Изобилие

**В связях:** Ищет Тирана или Спасателя

#### Тиран / Контролёр

**Кластер искажений:** гнев (ян-Любовь), гордыня (ян-Истина), контроль (ян-Гармония)

**Зоны тела:** печень, голова, давление, шея

**Глубинная вера:** *«Если я не контролирую и не давлю — всё рухнет.»*

**Энергии света:** Прощение, Доверие, Смирение, Любовь

**В связях:** Ищет Жертву или Зависимого

#### Спасатель

**Кластер искажений:** ноша (инь-Вера), «любовь надо заслужить» (инь-Любовь), скрытое «я знаю как лучше» (ян-Истина)

**Зоны тела:** плечи, спина, сердце

**Глубинная вера:** *«Меня полюбят, только если я нужен и спасаю.»*

**Энергии света:** Достоинство, Доверие, Любовь к себе, Свобода

**В связях:** Ищет Жертву

## Зависимый

**Кластер искажений:** бессилие (инь-Вера), страх (инь-Жизнь), ничтожность (инь-Цель)

**Зоны тела:** почки, поясница, лёгкие

**Глубинная вера:** «Без него я не выживу, я ничто.»

**Энергии света:** Вера, Достоинство, Цель, Свобода

**В связях:** Притягивает Контролёра

## Гордец / Недостойный

**Кластер искажений:** гордыня (ян-Истина) ↔ недостаток (инь-Цель)

**Зоны тела:** шея, колени, мужские органы

**Глубинная вера:** «Я выше других — или я хуже других.»

**Энергии света:** Смирение, Достоинство, Любовь, Истина

**В связях:** Гордец и Недостойный тянутся друг к другу

## Двадцать четыре слоя ДНК

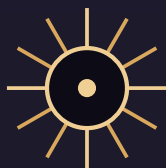
Каждый урок звучит не только в теле, но и в слоях ДНК — от самого плотного, физического, до тончайшего, божественного. Раскрыты первые двенадцать слоёв; слои с тринадцатого по двадцать четвёртый — высшая октава, ждущая своего часа. Исцеляя орган, мы направляем свет в соответствующий слой и в переключки между слоями.

Слой	Область	Качество	Энергия
1	Физическое тело	плоть, здоровье	Жизнь
2	Эфирное тело	энергия, жизненность	Жизнь
3	Эмоции	чувства, настроения	Любовь
4	Ум	мысли, убеждения	Истина
5	Причинный	карма, уроки	Мудрость
6	Интуиция	прозрение, знание	Вдохновение
7	Творчество	способность творить	Созидание
8	Цель	миссия, предназначение	Цель
9	Родовая память	родовые программы	Мудрость
10	Коллективное	связь с человечеством	Единство
11	Космическое	связь со Вселенной	Гармония
12	Божественное	Лик, образ Божий	Любовь

## Как работать с картой

- 1.** Прислушайся к телу. Найди зону наибольшего дискомфорта — тьму, холод или напряжение.
- 2.** Найди зону в карте. Прочти её урок и глубинную веру — отзывается ли она в тебе?
- 3.** Войди в зону светом. Направь золотисто-белый свет в больной орган, побудь с тьмой, не убегай.
- 4.** Покайся. Признай старую веру и отпусти её. Если боль родовая — предстань перед совестью рода.
- 5.** Призови энергию света. Выбери из колонки замещения и заполни орган её сиянием.
- 6.** Закрепи аффирмацией. Произнеси позитивный урок как новую норму и поблагодари тело и род.

© Остриков Роман Петрович · Интегральная технология гармонизации ·  
Все права защищены



ИНТЕГРАЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ГАРМОНИЗАЦИИ

# Карта тела

«Карта тела» — практическое приложение к Интегральной технологии гармонизации человека. Оно учит слышать язык тела: каждая боль, зажим или недуг прочитывается как урок души, за которым стоит искажение одной из двенадцати высших энергий. Опираясь на древнюю основу пяти стихий и каталог готовых личин, карта ведёт путём исцеления — от распознавания тьмы и холода в органе через покаяние и обращение к роду к наполнению светом и закреплению нового состояния.

*«Тело говорит — а мы учимся слышать урок»*

В КНИГЕ

- Пять стихий как якорь карты тела
- Карта 22 зон: урок, личина, энергии света, аффирмация
- Кластеры и готовые личины — жертва, тиран, спасатель
  - Двадцать четыре слоя ДНК
- Практики, покаяния и обращения к роду

*Это зеркало для совести и самоисследования, а не замена врачу.*

РОМАН ОСТРИКОВ