

<https://youtu.be/7sV86zSSIZo?si=ctCPbffFd0iry-bL>

## **#663 Синдром дефицита внимания и гиперактивности. Дофамин. Осознанное материнство. Медитации детям.**

24 апреля 2024 года

Участники конференции:

Ирина Подзорова – контактёр с внеземными цивилизациями, с тонкоматериальными цивилизациями и с Духовным миром;

Елена Голощапова – контактёр с плазмодными цивилизациями;

МидгасКаус – представитель планеты Эслер, биолог, психолог, микробиолог, специалист по инопланетным формам жизни.

### **00:00 Начало видео.**

### **00:20 Выдержки из беседы.**

«...Ведь если он плачет, если он кричит, то, возможно, ему нужно ваше внимание. Просто дело в том, что внимание – это для ребёнка аналог Любви...»

«...А детей очень удивляет, что взрослый сидит, уставившись в стену с каким-то непонятным прямоугольником...»

«...Ребёнок только понимает, что этот предмет является препятствием между ним и его мамой или папой...»

### **01:03 Представление участников.**

**Ирина:** Здравствуйте, дорогие друзья! Меня зовут Ирина Подзорова. Я являюсь контактёром с внеземными цивилизациями. Сегодня рядом со мной в астральном теле присутствует МидгасКаус – биолог, психолог, специалист по инопланетным цивилизациям с планеты Эслер.

Здравствуйте, Елена!

**Елена:** Здравствуйте, Ирина! Здравствуй, МидгасКаус! Я очень рада и благодарю за возможность с вами пообщаться. Ирочка, мечта всей моей жизни, наверное, сегодня сбывается, и я вас очень благодарю!

Меня зовут Елена Голощапова. Я контактёр с плазмодными цивилизациями, выпускница второго потока «Школы ментального здоровья». Я училась у Ларисы с Ильёй. Сама сейчас являюсь контактёром, также провожу сессии выхода на Высшие Я.

У меня есть вопросы. У «Кассиопей» уже были конференции по СДВГ (синдрому дефицита внимания и гиперактивности), по деткам гиперактивным, и не только деткам. Если можно, сегодня зададим ещё более конкретные вопросы для того, чтобы помочь и родителям, и взрослым людям с данным, так скажем, диагнозом, который не есть диагноз, улучшить своё качество жизни.

**Ирина:** Да, хорошо. Мы готовы.

### **02:29 Определение и причины СДВГ.**

**Елена:** Мид, скажи, пожалуйста, является ли СДВГ нарушением функции мозга, вызванной генетическими факторами, или это особенность качества Духа человека, указывающая на особое взаимодействие с плазмодными цивилизациями? То есть было, например, больше воплощений в плазмодных цивилизациях. Или это всё-таки нарушение?

**Ирина (МидгасКаус):** Я знаю о том, что под этим термином вы понимаете разные состояния. То есть с точки зрения медицины Межзвёздного Союза то, что вами понимается как один диагноз у разных людей, нашими специалистами может описываться

в разных терминах и иметь под собой разные этиологические причины.

Так, часть людей – детей и взрослых – с подобным диагнозом действительно имеют нарушения, мы это называем «дисгармония», на уровне нейромедиаторов мозга, которые вызваны разнообразными факторами. А у части детей не будет органических патологий и нарушений, но будет контакт, то есть энергетические особенности их эфирных тел, которые вызывают подобное поведение. Но вы эти моменты отличать не можете без специальных знаний.

**Елена:** Благодарю, Мид! Благодарю, Ирина! Так интересно – один вопрос задаёшь, а отвечают сразу на следующий вопрос – по нейромедиаторам.

То есть в некоторых случаях отличаются морфологические признаки мозга людей и детей с данным диагнозом. Как я понимаю, классификация существует, да? И у некоторых их не будет. Благодарю.

#### **04:43 Дофамин и его роль при СДВГ.**

**Елена:** Следующий фактор, который наши учёные открыли, состоит в том, что снижение гормона дофамина также является фактором наличия СДВГ. То есть у людей с пониженным гормоном дофамином проявляются такие признаки, как гиперактивность и невозможность концентрации внимания. Играет ли дофамин именно такую роль? Благодарю.

**Ирина (МидгасКаус):** Да, я понял вопрос. Дофамин – это как раз гормоноподобный нейромедиатор, который помогает передавать сигналы с тех областей мозга, где клетки имеют так называемое возбуждение, то есть состояние накопления заряда в себе. Дофамин передаёт эту энергию возбуждения в другие области, где этого возбуждения мало. Это как зона торможения. Обмен между клетками энергией и информацией происходит быстрее благодаря дофамину.

Если его недостаточно, у человека могут наблюдаться разные состояния. Это не только гиперактивность, человек может стать, наоборот, пассивным. Это ещё зависит от соотношения других веществ, серотонина например, который влияет уже на эмоциональный фон. Но в целом дофамин обеспечивает передачу сигналов о состоянии мозга от одного нейрона к другому.

**Елена:** Понятно. Скажи пожалуйста, Мид, я уже взрослый человек и имею не диагноз, а показатели СДВГ – не могу сидеть на месте, трудно концентрируюсь. Мы уже обо всём этом поговорили. Если у нас, людей с гиперактивностью, медиаторы очень быстро передают этот импульс, может быть, тогда идёт перерасход дофамина? Если у гиперактивных людей по нейромедиаторам очень быстро идёт информация, я так понимаю, что у неё скорость более высокая, чем у обыкновенных людей, и это более сообразительные дети.

Ведь почему у них пропадает интерес? Потому что они очень быстро ментально считывают и понимают результат, им даже не нужно физически что-то делать, и именно дофамин запускает эту реакцию? Тогда, может быть, он снижается потому, что его больше затрачивается?

**Ирина:** Он мне показывает, что...

#### **08:07 МидгасКаус о физиологических причинах гиперактивности.**

**Ирина (МидгасКаус):** Во-первых, гиперактивность – это сниженная способность к управлению своим поведением. Что такое поведение? Это определённые действия человека в материальном мире, которые нужны ему для достижения конкретных целей. И бывает так, что человек поставил цель, но, если это нарушение на уровне мозга, его мозг мешает, ставит препятствия ему в этом. То есть в нём начинаются такие процессы, что человек не может удерживать, например, особое внимание на этой цели. Или у него возникают такие побуждения, как сменить, например, позу, уйти оттуда. То есть у него возникают определённые реакции, которые мешают ему адаптироваться в обществе,

достигать своих целей.

Если очень просто объяснять, та энергия, которая должна идти на обучение, на усвоение нового, она просто уходит в движение. Если мы говорим про синдром гиперактивности с дефицитом внимания.

(Ирина) Он мне сейчас показывает образ ребёнка, который сидит на уроке и чувствует внутри себя, что у него очень медленно течёт время. И что если он будет там сидеть, то что-то упустит, что-то важное пройдёт мимо него. И это вызывает в нём определённую реакцию, которую можно определить как беспокойство. То есть потеря покоя, который в определённый момент переходит в потерю контроля.

Он начинает отвлекаться и двигаться, за что, кстати, получает замечание, если он на уроке. И, соответственно, от этого у него возникает раздражение, к которому присоединяются негативные эмоции. А всё это оттого, что у него не гармонизирована передача информации в мозге, и он ещё не понимает, как этим управлять. Он просто идёт за импульсами в своём сознании, которые возникают в нём в том числе и от некорректной работы мозга.

Мы здесь видим классический пример того, как тело может влиять на Душу. Как Душа влияет на тело, мы неоднократно говорили, когда беседовали о психосоматике. А вот как тело влияет на Душу и на её поведение, на её цели, желания? Как может влиять состояние тела, представители Межзвёздного Союза об этом тоже давали информацию. И такое тоже имеет место быть.

Что касается того, сообразительны ли они. Мы не делим людей по таким критериям, потому что сообразительность зависит от опыта, от степени стремления к познанию мира, от тех задач, с которыми Душа пришла на воплощение, зависит от социального окружения, от их лексикона. То есть от социума. И степень сообразительности – это очень изменяющийся фактор.

Сообразительность – это способность понимать определённый новый материал. И здесь нельзя выделить, что кто-то больше, кто-то меньше ею обладает, это всё очень индивидуально. Например, один и тот же ребёнок или взрослый могут быть сообразительными в одной теме, на одном уроке и совершенно теряться в другом. Это у них избирательно включается способность понимать что-то новое.

**Елена:** Благодарю, Мид.

### **13:37 Причина рождения детей с СДВГ на Земле.**

**Елена:** Скажи тогда, пожалуйста, почему в последнее время на Земле рождается очень большое количество гиперактивных деток? Многие даже считают это заболеванием. И родителям очень трудно справиться, обучить навыкам данных детей, гармонизировать данное состояние. Родители вместе с детьми обучаются навыкам освоения жизни – наведения порядка, концентрации внимания. Это большая работа. И почему же в последнее время так увеличилось количество таких Душ, которые приходят? Связано ли это с генетическими показателями, с природными? Почему?

**Ирина (МидгасКаус):** Оно бы не увеличилось, если бы родители детей видели в этом нормальное проявление детства и не водили бы к врачам. Просто это медицинский диагноз, который описал определённое состояние. Но когда его ещё не придумали, это не значит, что таких детей не было, или что их было меньше. Просто это называли особенностями воспитания и не водили к врачам. Этот диагноз относительно молодой. Он не был предложен в начале XIX века, это уже середина XX века.

И, естественно, раньше тоже были дети, которым было сложно удерживать внимание, которые часто отвлекались, у них были разнообразные расстройства движений и так далее. Просто их никто не называл таким синдромом, а считали это особенностями детей. И в школе так считали, и врачи так считали. А теперь стали ставить такой диагноз.

### **16:01 Критерии и термины Межзвёздного Союза для определения СДВГ.**

**Ирина** (МидгасКаус): Сейчас люди, в том числе врачи, часто ставят этот диагноз субъективно. Нет никаких объективных критериев для определения синдромов, просто есть такое понятие, как гипердиагностика. Поэтому чем больше родителей с детьми будут обращаться к врачам с подобными симптомами и рассказывать им о том, что им не нравится в собственном ребёнке, тем больше будет таких детей. Это чисто описательный термин, который раньше не применялся. И в Межзвёздном Союзе он не применяется.

Если это органическая патология, у нас применяется термин – «гипоксическая энцефалопатия», который адекватно описывает определённые изменения в мозге, например, произошедшие от гипоксии. Или – «врождённая постинфекционная энцефалопатия», которая тоже описывает определённые повреждения мозга детей вирусами либо вирусоподобными бактериями – такими как хламидии, микоплазмы и подобные им микроорганизмы, которые входят в плод на том или ином периоде беременности.

Если это контакт с плазмоидными цивилизациями, и ребёнок поэтому отвлекается, а в мозге у него ничего не нарушено, то у нас для этого есть термин – «контактёр с определённой цивилизацией».

**Елена:** Благодарю, Мид. Теперь понятно, что есть морфологические причины, то есть генетические, через бактериальные заражения, когда идёт изменение в мозге ребёнка или человека, и есть просто поведенческие качества Духа.

**Ирина** (МидгасКаус): В качестве причины бывают ещё интоксикации различными веществами, которые ребёнок получил в животе у мамы. Также есть «посттравматические энцефалопатии», мы их так называем, которые тоже вызывают расстройство поведения, внимания, мышления и памяти.

**Елена:** Понятно, благодарю, Мид. Очень познавательно. Это идёт разграничение, чтобы не валили всё в одну кучу, когда если ребёнок очень активный – значит, у него есть СДВГ. Есть различные причины, как морфологические, так и психологические.

**Ирина** (МидгасКаус): Это может быть просто таким темпераментом: есть активные, есть пассивные дети. Но когда мы говорим о синдроме гиперактивности, то понятно, что мы говорим не просто об активном, а именно о гиперактивном. А эта оценка во многом субъективна.

**Елена:** Благодарю.

### **19:35 Связь гиперактивности с тета-волнами мозга.**

**Елена:** Мид, можно ещё спросить? У нас проводятся исследования, могут записать волны работы части головного мозга. И по СДВГ были результаты, что увеличиваются показатели тета-волны и уменьшаются бета-волны. Тета-волны у нас здесь, на Земле, считаются целительскими, это медитативные состояния. Здесь мы видим, что гиперактивный ребёнок имеет повышенное увеличение тета-волн, то есть его мозг работает на целительских тета-волнах. Как это взаимосвязано?

**Ирина** (МидгасКаус): У ребёнка, у которого регистрируются тета-волны, часть мозга в этот момент находится в состоянии, которое человек испытывает во сне. Это бывает обычно при изменённых состояниях сознания. А изменённые состояния сознания могут вызываться, как я уже говорил, как работой мозга, так и контактами с плазмоидами. Они тоже могут вызывать изменения сознания. Так что это не специфический признак, он ни о чём не говорит, кроме того, что ребёнок в данный момент находится в изменённом состоянии сознания.

Например, такие волны часто регистрируются при пробуждении и засыпании практически всех людей. Если посмотреть, что происходит в этот момент с Душой, то в этот момент происходит возможность контакта с Астральным миром, где живут астральные сущности.

**Елена:** Понятно. Благодарю, Мид. Благодарю, Ирочка. Очень хорошие ответы.

## **21:49 Помощь ребёнку с СДВГ.**

**Елена:** Ещё хотела спросить. Может ли Межзвёздный Союз нам организовать передачу через кого-то, может, через Ирину, конкретные примеры. На других конференциях вы уже говорили, что необходимо, чтобы ребёнок взаимодействовал с землёй, например, сажал растения, общался со сверстниками. А когда мама дома, и ребёнок ещё совсем маленький, он плачет, кричит. Каким образом ему помочь? Может быть, есть какие-то точки на теле?

Я уже взрослый человек и научилась дыханием себя регулировать, когда начинаю выходить в такие состояния. А вот маленький ребёнок? Он ещё не умеет ни делать практику на расслабление, ни гармонизироваться. В основном мамы с этими детками не то, что мучаются, они хотят помочь своему ребёнку. Как маме ему помочь, каким образом?

Эти дети часто очень нежные. До них начинаешь дотрагиваться, когда хочешь успокоить, и это может вызвать ещё агрессию иногда. То есть у них общая такая тонкая структура, что даже прикосновение, даже массаж им не так часто подходит. Может быть, какую-то точку можно нажать, чтобы ребёнок немножечко «сдулся» без приёма химических препаратов и таблеток, которые сейчас со всех сторон рекомендуют давать детям при гиперактивности? Может быть, какое-то движение головой, рукой, я не знаю? Куда-то нужно нажать, чтобы мама могла успокоить ребёнка экологично?

**Ирина (МидгасКаус):** Я не совсем понял вопрос. Что значит «нажать куда-то»?

**Елена:** Например, Мид, у нас есть акупунктурные точки. Мы знаем, что здесь есть точка по китайской медицине, и если нажимаешь на неё, то происходит воздействие на определённые меридианы, и наступает успокоение. Например, когда я начинаю замедлять дыхание, нажимая на глазные яблоки, у меня снижается давление.

**Ирина (МидгасКаус):** Если ты хочешь успокоиться, то ты уже себе говоришь об этом, что «я сейчас нажму на точку или буду дышать, и я успокоюсь». И это твоё действие сопровождается определёнными мыслями. А если тебя что-то расстроит, например, произойдёт нарушение каких-то твоих значимых личностных установок, ты будешь резко выражать свои эмоции. И если в это время нажать на какую-то точку на твоём теле, то это прикосновение вызовет у тебя ещё большее раздражение из-за вторжения в твой внутренний мир. Потому что ты выражаешь свои эмоции, а тут кто-то на тебя ещё воздействует.

Представь, что тебя что-то расстроило, например, игнорирование со стороны любимого человека. Он ходит вокруг тебя, ничего не замечает, а ты хочешь с ним пообщаться. И ты начинаешь возмущаться, говоришь: «Что ты делаешь? Почему ты на меня не обращаешь внимание?» Так часто бывает. Либо ты говоришь, что тебя это не устраивает. Но это потому, что у тебя есть слова, которым тебя научили. А если у тебя их нет, ты будешь выражать свои эмоции движениями, криком, чтобы привлечь внимание. И вдруг этот любимый человек к тебе подходит, и вместо того, чтобы с тобой заговорить, оказать тебе внимание, хватает тебя за руку и начинает куда-то нажимать. Что ты почувствуешь?

**Елена:** Поняла.

## **26:18 Как помочь своему ребёнку?**

**Ирина (МидгасКаус):** Если он плачет, если он кричит, возможно, ему нужно ваше внимание. Дело в том, что внимание для ребёнка – это аналог Любви. Без Любви ребёнок пугается того мира, куда он пришёл. Он для него ещё незнакомый. У него же заблокирована память о Духовном мире, а в этом он ещё не приспособился – не знает назначение предметов, действий и часто чувствует себя одиноким. Потому что взрослые живут в каком-то непонятном для него мире, занимаются чем-то неизвестным.

(Ирина) Он мне сейчас показывает образы, как маленький ребёнок смотрит на мир. Например, детей очень удивляет, что взрослый сидит, уставившись в стену с каким-то

непонятным прямоугольником, на котором скачут какие-то цветные картинки. Понимаешь, о чём я говорю?

**Елена:** Да, о телефоне.

**Ирина:** Он мне сейчас показывает на стене телевизор.

(МидгасКаус) Так же и телефон, если в его руках какой-то предмет, в который он постоянно смотрит, но назначение которого ребёнок не понимает. Он только понимает, что этот предмет является препятствием между ним и его мамой или папой. Естественно, себя и родителей он считает едиными, что они неотделимы. И поэтому, когда видит это отделение, он начинает беспокоиться, тревожиться, плакать, чтобы вызвать внимание. Здесь родителям, конечно же, необходимо понимать, что это совершенно нормально. Они тоже так себя вели, когда были маленькими.

Если вы хотите, чтобы из вашего ребёнка выросла счастливая, гармоничная личность, уделяйте ему столько внимания, сколько ему необходимо. Я понимаю, конечно, что это сложно. Но раз вы его решились родить, вы ответственны за его адаптацию в этом мире. Если вы будете пытаться от него как-то отвлечься, выключить каким-либо образом его плач, чтобы он вам не мешал, это говорит о том, что вы ещё не совсем готовы к его появлению.

Это же не робот, это не компьютер, это не телефон, который можно выключить. Это живая Душа, живая личность, которая намного беспомощнее в этом мире, чем вы, и зависящая от вас. Покажите пример Любви, пусть вы потратите пять минут, десять минут, возьмёте его на руки, поговорите, приласкаете.

После ребёнок надолго успокоится, потому что он будет видеть, что ничто его родителей от него не отвлекло. Вашу Любовь он почувствует, примет как порцию. Вы же даёте ему еду? Так вот, для его Души тоже необходима пища, как и для тела. Внимание – это тоже, на самом деле, духовная пища, которой вы питаете своих детей.

**Елена:** Очень здорово, Мид, благодарю!

### **30:48 О подготовке к родительству и осознанном материнстве.**

**Елена:** Я так понимаю, что начинать надо с нас самих и с воспитания родителей, а потом уже лечение детей. То есть родитель сам должен измениться.

**Ирина (МидгасКаус):** Да, я рекомендую пройти обучение всем родителям – и тем, кто готовится ими стать, и тем, кто уже ими стал. Это, на самом деле, очень ответственно. Родитель – это очень ответственная профессия. Это от слова «родить». Родить – это не только родить физическое тело, но и родить новую личность, подготовить её к миру, к существованию уже без вас и к рождению собственных детей.

(Ирина) Что ты чувствуешь?

**Елена:** Так красиво! Мид и Ириночка, благодарю! Мид, вы стали говорить – и у меня все вопросы по решению проблемы сами собой отпадают. Как делать? Что делать? Происходит наполнение, и всё понятно. Может быть, Мид в «Кассиопею» передаст нам знания, и сделаем курс для подготовки родителей? Системные знания.

**Ирина:** Он улыбается и говорит: «Как можно сделать курс по Любви к детям?»

**Елена:** Тогда курс подготовки к рождению детей. Потому что смотри: ты сейчас говорил, что есть инфекционные заболевания, кроме того, что мы учимся любить, учимся себя понимать.

Как у нас сейчас происходит рождение детей очень часто? Нечаянно происходит оплодотворение, неосознанно. То есть могут быть и микробы, которые будут в дальнейшем инфицировать и изменять морфологию мозга ребёнка. А если женщина и мужчина осознанно подходят к рождению и говорят: «Мы хотим», – то они проведут медицинское обследование, полечатся, пройдут курсы по общению с ребёнком, поймут друг друга.

Должна же быть какая-то организация, чтобы люди уже начали более ответственно подходить к этому. Потому что рождаются детки, и потом они говорят: «Мне некогда, мне

работать надо, мне надо деньги зарабатывать, а он без конца кричит. Что мне делать?» Скорее в сад отдают. В саду одна воспитательница на двадцать деток. Как она успеет со всеми ими? Потому что маме надо деньги зарабатывать, к примеру. Мы живём здесь, на Земле, Мид.

**Ирина** (МидгасКаус): Да, я понимаю, что у вас такие условия жизни. Поэтому я сразу подчеркну, что прежде, чем выполнять задачи по воплощению Душ (это тоже задачи!), необходимо сначала оценить, просмотреть все ваши ресурсы – и материальные, и духовные (они являются тоже очень важным ресурсом). И ответить себе на вопрос, насколько вы готовы к осознанному родительству – осознанному материнству или осознанному отцовству?

Что касается зачатия. Понимаете ли, я знаю ваш подход к этому. (улыбается) Можно даже поговорить через Высшее Я с Душами детей, которые хотят через вас воплотиться, и спросить у них, насколько они готовы прийти именно в такие условия. Естественно, те, кто родился, они же выбирают вас не случайно. У них тоже есть свои уроки, свои кармические задачи, в том числе в вашем роду. Они же не случайно выбрали именно эту планету, именно эту страну, именно этих родителей. Это тоже их урок – это урок для вас как родителей, и это урок для них как детей.

И неслучайно они выбрали именно такую семью, именно такое время зачатия, когда, например, нужно зарабатывать, как вы говорите. Это же тоже не случайно, что ребёнок пришёл именно в это время – у него именно такие уроки. Но если мы говорим о повышении вибраций, если мы говорим о счастливой семье, необходимо подготовиться и материально, и духовно к родительству. И те Духи, которые через вас воплотятся в тот момент, когда вы будете готовы, они тоже вас выберут.

На многих планетах перед созданием семьи девушкам и парням (на вашем русском языке), как только они закончат школу, познакомятся друг с другом и захотят вступить в семью, в брак, или на более позднем этапе своей жизни, когда уже будут работать где-то, вместе со своим избранником или избранницей принято посещать специальные курсы осознанного родительства. Там они проходят обследование своего тела, в том числе своих генетических профилей, различных энергетических профилей, нумерологических и так далее – насколько они совместимы.

После прохождения этих курсов им даётся, можно так сказать по земному, определённое одобрение от общества. Специальный документ, например, от их городского Совета на рождение детей. После этого они рожают детей, и общество помогает обеспечивать родителей и детей определёнными денежными средствами, если говорить опять же по земному, чтобы родители всё это время были с ним, любили его до определённого возраста, обычно, когда ребёнок уже сможет пойти в школу. И далее, когда он уже станет более автономным от своих родителей, они снова выходят на работу.

Бывает, что не оба родителя этим занимаются, если один желает работать, а второй нет. Обычно во многих антропоморфных цивилизациях именно женщина ближе к ребёнку, так как она вынашивает его в своём животе. Если мы говорим про антропоморфные расы, например, на Эслере тоже именно женщина беременна. А так как она была беременна, и сердечко ребёнка билось много дней рядом с сердцем матери, то эти сердца связываются особой связью.

(Ирина) Что скажешь?

**Елена:** Мне так это нравится, Мид! Вот такой курс нам обязательно нужен в «Кассиопее» – для осознанного родительства. Чтобы пришли, обучились тому, как понимать друг друга, как понимать себя и как брать ответственность.

### **39:52 МидгасКаус о детских пособиях и родителях с зависимостями.**

**Елена:** Но то, что ты сейчас описал, на коммунизм похоже. Нам раньше говорили, что, когда у нас будет коммунизм, у нас всё будет.

**Ирина** (МидгасКаус): Я знаю, что в вашем обществе есть определённые детские

пособия.

**Елена:** Мид, мы тебя очень любим, но про пособия не будем сейчас говорить. Есть, конечно, определённые пособия, которыми помогает государство, и мы благодарим государство за это.

**Ирина (МидгасКаус):** А я бы предложил вводить детские пособия на каждого ребёнка именно от рождения до его совершеннолетия в размере не меньше, чем прожиточный минимум на взрослого человека в месяц.

**Елена:** Это было бы замечательно, Мид, если бы ещё эти деньги использовались по назначению. Потому что, к сожалению, у нас на Земле есть некоторые неосознанные родители, которые получают пособия на своих детей и тратят их иногда на свои зависимости.

**Ирина (МидгасКаус):** Насчёт именно зависимости я как психолог считаю, что в том обществе, где продают психоактивные вещества любого рода без антидотов, должен быть определённый закон, который защищает детей и других членов семьи от нарушения их прав от зависимого человека. И этот закон должен предусматривать наличие реабилитационных центров, в которые по заявлению родственников могут отправлять зависимых людей и работать там с их гармонизацией.

Ни в коем случае не запрет, он ничего не решит, это же свободная воля. А просто работа над гармонизацией в их Душе отношения к данному веществу, выравниванию полей и определению их истинного смысла воплощения.

**Елена:** Благодарю, Мид, тебя. Я всё это понимаю.

**Ирина:** Как тебе этот закон?

**Елена:** Этот закон великолепный! Будем ждать, когда его начнут применять и когда примут этот закон. Потому что у нас, чтобы один закон принять, проходит очень-очень много лет.

**Ирина:** Я говорю, как тебе этот закон, нравится?

**Елена:** Классный закон, замечательный закон!

Мид, можно ещё спрошу у тебя рекомендации по питанию? Вернёмся к нашим детям.

#### **42:51 МидгасКаус об обучении детей.**

**Елена:** Я так понимаю, что основной задачей деток, Ирочка, и ты тоже подскажи мне, если можешь, является обучение. То есть на примере родителей обучить через Любовь навыкам гармонизации. А когда ребёнок сильно активный, то он же не может сконцентрироваться – это дисгармония энергетических потоков. И родители на своём примере, через Любовь должны научить навыкам данного ребёночка, чтобы он научился сам себя гармонизировать постепенно, потихонечку. Так ли это?

**Ирина (МидгасКаус):** Ты всё верно говоришь. И в Межзвёздном Союзе, в том числе и на Эслере, этому служат определённые медитативные практики, которые родители проводят дома со своими детьми ещё до школы. Они короткие и придуманы специально для детей определённого возраста, чтобы их быстрее научить говорить, пользоваться языком, чтобы научить управлять своими энергиями, своим состоянием, настроением.

Перед школой, когда дети уже хорошо говорят, делаются специальные упражнения на расслабление, на астральные путешествия и так далее. Обычно этим занимается мама. Как я уже сказал, мама обычно с детьми, потому что она их рождает, она к ним близка, она их любит. То есть у неё обострённый родительский инстинкт в форме Любви к детям плюс ещё соединённый с духовной Любовью. Такой комплекс.

**Елена:** Да.

**Ирина (МидгасКаус):** Мама обычно находится с детьми, она с ними проводит время, рассказывает им о том мире, где они воплотились. У нас в Межзвёздном Союзе есть разнообразные технические средства, подобные вашим компьютерам. Она

показывает им специальные тематические видео, фильмы (аналоги ваших) для того, чтобы они могли понять, где они воплотились, и так далее. Это всё на понятном для них языке. И это не просто развлекательные какие-то мультфильмы, это, скорее, нарисованные фильмы, но они основаны на обучении.

Например, у меня два сына (показывает). Когда они были очень маленькими, они любили смотреть определённый мультипликационный, рисованный фильм на экране, который в их доме.

(Ирина) Он мне сейчас показывает, что там появляется эслеровец и начинает разговаривать с ребёнком. Он говорит: «Меня зовут так-то, я приветствую тебя». И начинает ему показывать разнообразные предметы: «Это так-то называется, а это на это действует». И это всё на понятном языке. Потом просит повторить.

(МидгасКаус) Обычно эти мультфильмы ребёнок просматривает вместе с мамой. Также часто им помогает биоробот, который специально настроен на воспитание. Это как биоробот-нянька.

(Ирина) Ну да, у нас такого нет.

(МидгасКаус) У вас такого нет, но зато вы можете сами найти те образы, те мультфильмы, фильмы, книги, в конце концов, которые вам нравились в детстве. И если это книга, то самим читать ребёнку, петь песни. Во время прогулок рассказывать о природе – как называется это дерево, этот цветок, это насекомое, для чего они нужны, отвечать на вопросы. То есть это общение с миром через своих родителей, которого ни один ребёнок не должен быть лишён.

**Елена:** Понятно, Мид. Благодарю тебя. У нас есть сказки, также мамочки поют песни своим деткам, разговаривают, всё это есть. Но, как ты сказал, медитативные практики, которые дети проходят вместе с мамой, такого у нас ещё нет. Можешь ли ты нам их передать?

#### **48:18 Медитативные практики для детей. Практика по снятию боли «Беседа с органом».**

**Ирина** (МидгасКаус): Они очень простые для восприятия детей. Например, у нас есть медитативная практика для детей, которая называется «Беседа с органом». Мы её прямо с детства начинаем делать. Особенно если он начинает жаловаться на своё физическое тело, что он устал, или у него болит голова, или ещё какие-либо симптомы физические. Либо он ударился, где-то упал, ушибся и испытывает боль.

Мы, родители, сразу же ему говорим: «Давай мы поговорим с этой областью тела». Просим его закрыть глаза, представить в груди солнышко, и один из лучиков выпустить из этого солнышка и направить в ту часть тела, которая болит или беспокоит.

(Ирина) Вот что ты сейчас чувствуешь?

**Елена:** Знаешь, я почувствовала это солнышко, почувствовала этот лучик. Это здорово, Мид! Со сколько лет можно проводить такие медитации с детками?

**Ирина** (МидгасКаус): С того времени, как он знает, что солнце называется солнцем. Во сколько лет вы ему это показываете или, например, говорите, что это солнце? Со сколько лет он уже знает, что это такое?

**Елена:** Есть с года, есть и с двух лет, зависит от ребёночка. Потому что есть детки, которые уже в год знают и солнышко, знают и показывают маму и папу. Может быть, они ещё не могут говорить слово «солнце». Но им, допустим, говоришь слово «ручка» – они показывают ручку.

**Ирина** (МидгасКаус): Можно посмотреть, готов ли ребёнок к этому. Для этого нужно спросить у ребёнка: «Ты знаешь, что такое солнышко и где оно находится?» Если он как-либо знаками покажет, что это на небе, он уже может его представить. Если нет, подведите его к окну, покажите и скажите: «Видишь, какое красивое солнышко!» Эти медитации не должны быть долгими, достаточно нескольких минут. Потому что внимание у ребёнка по-другому настроено, чем у взрослого.

И когда он закроет глаза, скажите: «Вот этот лучик направь туда, где болит. И сейчас спроси сам себя: «Что я могу сделать для тебя, чтобы ты перестало болеть?»». А чуть позже, когда он начинает понимать причины и следствия, например, лет в пять-шесть, уже можно спрашивать у органа: «Почему у меня болит там? Какая причина?» С расширением словарного запаса можно более сложные медитации делать. Это первая практика.

### **51:47 Медитативная практика с ребёнком на расслабление.**

**Ирина** (МидгасКаус): Вторая практика на расслабление. Это обычно лучше делать вечером, когда ложатся спать.

Ребёнок, когда он засыпает, всегда хочет находиться с мамой. Когда его Душа покидает тело, у него есть инстинкт самосохранения, который говорит ему, что безопаснее всего это сделать в присутствии любимого человека. Может быть, вы замечали, как дети хотят с вами спать? Это не потому, что они чего-то боятся, а потому, что в этот момент, когда они покидают тело, становятся временно беззащитными. И у них есть инстинкт самосохранения, который вызывает в них не страх, а лёгкую настороженность. Поэтому они хотят это делать в присутствии самых любимых и сильных людей, которые могут их защитить, если что-то пойдёт не так.

(Ирина) Что ты чувствуешь?

**Елена:** Для каждого ребёнка мама – это самое важное. У нас даже есть такое понятие, говорят «ребёнок держится за грудки», то есть вот висит на маме, потому что он всегда рядом с сердечком хочет находиться.

**Ирина** (МидгасКаус): Так вот, когда мама помогает лечь спать, она его готовит ко сну, и ребёнок ложится, мама садится рядом с ним и говорит: «Закрывай глаза». И начинает с ним делать какое-либо простое упражнение на расслабление. Например: «Сделай вдох, задержи дыхание на пару секунд, и выдох. Представь, как твои ручки наполняются тёплой водичкой, расслабляются».

(Ирина) Что ты чувствуешь?

**Елена:** Я уже расслабилась, потому что я сегодня очень нервничала перед конференцией. И сейчас мне это так нравится, и я думаю, что нужно детей с самого раннего возраста приучать, и тогда им будет легко и на Высшее Я ходить, общаться.

**Ирина:** Совершенно точно!

**Елена:** Так что начинаем работу с родителями и детьми. Чтобы подготовить следующее поколение.

**Ирина** (МидгасКаус): А дальше говорят: «Представь, что твои ножки, ручки, животик наполняются тёплой водичкой. Она тебя согревает, а ты расслабляешься». Чуть позже нужно ему сказать, что «эта водичка поднимает тебя, начинает покачивать, как кораблик, на этом кораблике появляется бабочка, это ты». В таких образах: «Представь себя, что ты взмахиваешь крыльями и летишь над морем к солнцу».

Вот такие образы – очень простые, доступные его восприятию. И он будет включать мыслеобразы и выходить из тела в состоянии высоких вибраций.

**Елена:** Здорово, Мид! Всё самое классное очень просто.

**Ирина** (МидгасКаус): Да, с детьми не нужно общаться сложными философскими концепциями, с ними нужно общаться конкретными образами. Я бы даже сказал, конкретно-предметными, чтобы они понимали, что то, что вы говорите, входит в их повседневный опыт.

**Елена:** Правильно. И тем самым, по науке образности, мы будем формировать правильные образы. Так ли это?

**Ирина** (МидгасКаус): Да.

**Елена:** То есть изначально это будет тому способствовать.

**Ирина:** Как тебе эта медитация на засыпание?

**Елена:** Классно, Ирочка, здорово!

### **55:57 Рассказ Елены о своём детстве и о своих контактах.**

**Елена:** Когда я провожу медитации, мне многие говорят, что я фантазёрка большая. То есть у меня, когда я провожу медитацию, прямо сказочные миры возникают. Как ты говоришь – бабочки, мы летаем. Я всё не могла понять, а теперь я понимаю, что это идёт из моего внутреннего настроя и желания работать именно с детками.

**Ирина (МидгасКаус):** А теперь вспомни себя девочкой ещё до школы. Мама тебя ведёт спать, ты закрываешь глаза, и мама тебе так говорит. Что бы ты почувствовала?

**Елена:** Я бы почувствовала радость. Меня мама всегда укладывала спать, потому что я видела разные вещи и не могла уснуть без света и без прикосновения мамы. Мама рядом со мной садилась и меня успокаивала.

**Ирина (МидгасКаус):** То, что ты видела, ты маме рассказывала?

**Елена:** Нет, не рассказывала.

**Ирина (МидгасКаус):** Почему?

**Елена:** Я просила свет оставить и просила, чтобы она отодвинула занавеску. Потому что я смотрела на звёзды, когда она уходила. Я засыпала, разговаривала со звёздами и просила забрать меня обратно.

**Ирина (МидгасКаус):** Почему маме не рассказывала, что видела?

**Елена:** Не знаю, наверное, как ребёнок. Когда уже я стала постарше и поделилась тем, что я что-то вижу, моя мама была очень сильно расстроена, думала, что у меня проблемы с психикой, так скажем.

**Ирина (МидгасКаус):** Что же ты там такое видела?

**Елена:** В 19 лет я начала уже видеть Духов, которые приходили. Сейчас я общаюсь с плазмоидами, это нормально.

**Ирина (МидгасКаус):** А тогда, в детстве?

**Елена:** В детстве мне так казалось, что я видела летающие объекты, что в комнате видела тени. То есть я не могла встать, как некоторые детки, в туалет...

**Ирина (МидгасКаус):** А если бы ты маме сказала, и она бы тебе ответила, что это невидимые друзья, которые называются Духами природы, и они пришли, чтобы поиграть с тобой?

**Елена:** Тогда бы по-другому всё было. А мне говорили: «Не придумывай!»

### **58:32 Совет МидгасКауса родителям детей-контактёров.**

**Ирина (МидгасКаус):** А ещё родители не должны обесценивать опыт своих детей, в том числе и опыт видения тонких миров. Дети очень часто вступают с ними во взаимодействие: у них по-другому устроены чакры, мозг ещё по-другому работает, в других ритмах. Они ещё не так загорожены ментальными материалистическими установками, поэтому могут более чётко в своём сознании и через своё восприятие видеть тонкие миры.

Это вполне естественно. И родителям необходимо убирать страхи детей в этой области – и страхи перед самими сущностями, которые принимают разные образы, и страхи ребёнка, что он встретит непонимание и отторжение, если об этом расскажет.

Ведь у тебя же есть свои дети? Если бы тебе ребёнок рассказал о том, что он там что-то видел, чтобы ты ему ответила?

**Елена:** У меня, к сожалению, Мид, своих детей нет. Но у меня есть племянница, в воспитании которой я принимала участие.

**Ирина (МидгасКаус):** В тебе очень много материнской энергии, как будто у тебя есть дети.

**Елена:** Мид, я просматривала свои прошлые воплощения, и у меня действительно когда-то было много детей. У меня моих детей нет, но я люблю всех детей.

**Ирина (МидгасКаус):** То, что ты любишь детей, в твоём поле считается. Значит, ты каких-то детей воспринимаешь как своих.

**Елена:** Да, это однозначно, это 100 %. Но у меня есть желание, и я понимаю, что это в задаче моей Души. Почему я и пытаюсь это понять. Я понимаю, что какая-то дверь сейчас должна открыться. Я понимаю, что мне это нужно, я там буду полезна. Я могу ребёнку рассказать, как бабочка порхает. Мне не трудно, я не нервничаю, например, как некоторые говорят: «Вот, он ничего не понимает». А я могу передать это состояние порхания бабочки, или как солнышко зажигает внутри свет.

И конечно, если бы вы нам немножечко помогли в определении двух-трёх медитаций. Можно, я напишу и дам вам на рассмотрение эти медитации для деток? Нужно зарожать в них уже новое. Чтобы детки у нас росли нормальные.

### **1:01:31 О влияние компьютерных игр на детей. Совет МидгасКауса.**

**Елена:** Кстати, можно я поделюсь, Ирочка, с Мидом и с тобой?

Сегодня, для проведения этой конференции мне нужен был очень хороший интернет. У меня не оказалось такого интернета, и я побежала искать по интернет-кафе. И я увидела там очень много детей-подростков. Раньше я не знала, что существует такой мир. Они сидят за огромными компьютерами, играют в компьютерные игры достаточно много времени. Они полностью уходят в совершенно другую реальность – туда, где пушки, где сражаются.

И если этому ребёнку сказать: «Давай помедитируем», – он на тебя посмотрит странно. Нужно это раньше начинать. Как нам было трудно выходить на Высшее Я, а сейчас нужно это показать детям. Чем раньше они начнут, тем лучше это будет.

**Ирина (МидгасКаус):** Я уже отвечал по поводу компьютерных игр, был такой вопрос.

Ребёнок – это определённая воплощённая Душа, часть Духа. И если он что-то делает, он делает это не просто так, а, значит, исполняет какую-то свою потребность. Понятно, что игра – это само по себе детское занятие, она служит обучению, социальной адаптации и так далее.

Я знаю, что детство многих людей проходило в тот период, когда не было компьютеров. Но это не значит, что у них не было игр. Понятно, что игры были, и дети тоже проводили много времени в этих играх. И они представляли себе определённую реальность, которая была для них реальна. Просто сейчас всё это на экранах компьютеров более ярко, более красочно. То есть это уже нарисованные готовые образы, с которыми ребёнок взаимодействует. И более того, во многих играх можно выбрать своего героя, который будет там за тебя действовать.

Дело в том, что у детей психика иная, чем у взрослых, то есть устройство Души иное. Всё, что происходит с героем игры на экране компьютера, он воспринимает как происходящее с собой, то есть для него это реально. И поэтому он испытывает от этой игры вполне реальные, не игровые чувства и эмоции.

Например, если тебя или Ирину посадить за игру, где пушки, танки стреляют, вы можете поиграть, но для вас это будет просто игра, где вам, возможно, будет смешно, забавно. Например, вы выиграете – ну выиграли и выиграли. Уровень вашей радости будет невелик, это же игра для вас. Или, например, проиграете, наоборот – игра будет закончена, вашего героя убили другие персонажи игры, и будет написано: «Для вас игра закончена!» Ну, проиграл – и проиграл. Это же игра для вас, рукой махнули...

А вот для ребёнка это не так. Когда герой, которым он управляет, выигрывает (и без разницы – в стрельбе он выигрывает, в гонках, в прохождении какого-то лабиринта, бывают такие головоломки), он реально чувствует, что это он сделал. И у него соответствующий уровень радости. Представь себе, что ты стоишь, победила всех врагов, ты выиграла. Что ты будешь чувствовать в реальности? Конечно радость, гордость за себя.

А если проиграл ребёнок – его игрового персонажа убили, или он не нашёл выход из лабиринта, либо ещё что-то, и будет написано: «Игра закончена!» Обычно это ещё

сопровождается трагичной музыкой, и он будет реально чувствовать расстройство, как будто его лишили чего-то важного. И естественно, его желание быть всегда победителем, быть всегда на первом месте, быть значимым для себя – будет вызывать в нём желание повторить этот уровень и всё-таки выйти победителем, и испытать эту радость.

Игры компьютерные, что для детей, что для взрослых, специально задумываются программистами таким образом, чтобы уровни усложнялись. Например, чтобы в стрелялках, как вы их называете, с каждым уровнем было всё больше врагов, чтобы они двигались быстрее, чтобы было больше препятствий. Либо ещё какие-либо сложности вносят в эту игру. Выиграть будет сложнее, а значит, ему придётся провести больше времени за этой игрой, чтобы приспособиться к этому уровню и всё-таки добиться победы.

А там уже следующий уровень, где будет ещё сложнее, на который он пойдёт и быстро проиграет. У него опять разочарование, опять желание победить. И представьте его состояние, когда он уже близок к победе, и вдруг окрик мамы: «Хватит играть! Выключи компьютер! Иди, учи уроки!» Или «помоги мне», или «играть на улице».

Его эмоции в этот момент, если их просто передать, будут как «остановили в шаге от победы». Что бы ты почувствовала? Необходимо родителям понимать, что их дети относятся к играм не так, как сами взрослые. Взрослые, понятно, живут другой жизнью: они ходят на работу, общаются с людьми и так далее. Для них это просто игра, очередная игрушка, просто развлечение. А для ребёнка не так. Это для него часто может быть довольно значимой частью жизни.

Что делать в этом случае? Я отвечаю на невысказанный, но явный вопрос. Чтобы не причинять ребёнку психологических травм и не вызывать в нём негативные блоки, но в то же время гармонично его воспитать и подготовить к физической реальности, где вы живёте, необходимо найти с ним общий язык. А для этого нужно, чтобы он вам доверял. Чтобы не потерять доверие детей, чтобы вы были для них авторитетом, нужно понимать их.

Если вы видите, что ваш ребёнок увлекается компьютерными играми, и ему приносит вред, если его ругать или какие-то упрёки высказывать, укоры, необходимо сесть рядом с ним, проявить искренний интерес. Сказать: «Во что ты играешь? Как его зовут? Что там нужно сделать, чтобы выиграть?» Попытайтесь хотя бы показать ребёнку, что вам интересно его увлечение. Даже можете попросить научить вас играть в эту игру его любимую. Естественно, так как вы не обладаете такими же навыками, которые он в себе развил, скорее всего, вы проиграете достаточно быстро.

И когда вы проиграете, вы можете сказать: «Вот, видишь, ты даже лучше меня играешь. Я очень тебя люблю и подчёркиваю твоё достоинство, что ты такой смелый, ловкий, быстрый». И в то же время сказать: «Мы с тобой обязательно вернёмся позже к этой игре, а теперь давай займёмся...» – и там говорить чем-то другим. И это всё преподносить ему не в приказном тоне, а просто как смену вида деятельности: «Смотри, твои глазки уже устали смотреть туда, и у тебя уже внимание падает. Давай мы сейчас пойдём и займёмся чем-то другим, а потом придёшь и продолжишь. И я попробую ещё раз поиграть и надеюсь, что в следующий раз я тебя обыграю». То есть подчеркнуть в нём его умение.

Что это даст? Он будет вам доверять, между вами сохранится связь. И потом, когда вы его о чём-то попросите, например, помочь вам по дому или что-либо ещё, ему уже будет сложнее вам отказать и остаться играть. Потому что в нём возникнет страх потерять ваше расположение, то есть вы будете для него авторитетом. И этот страх будет вызван не вашими угрозами наказания или ещё какими-либо санкциями с вашей стороны, которые скажут о вашем непонимании. А именно вашим добрым расположением, в котором он будет бояться потерять вашу Любовь, этот уровень отношений, который у вас есть. И он охотно пойдёт вам навстречу.

То есть, если с самого начала вести себя с ним уважительно, как с равной себе

личностью, а не подчинённой вашей частью, то он ответит вам взаимностью.

**Елена:** Здорово, Мид! Если бы ещё родители это могли понять и так адаптировать. Но у многих родителей не хватает терпения, они раздражены. То, что ты описал, это самое нормальное – когда человек боится потерять Любовь, когда для него и авторитет через Любовь идёт, а не через принуждение и наказание.

**Ирина:** Я вспоминаю. Я была свидетелем у одной моей подруги. Мы сидели, разговаривали. У неё дочка была дома, ей было 10–11 лет, по-моему. И дочка всё время просила поиграть в компьютер. Подруга включила игры. Я не помню, сколько мы разговаривали, но девочка играла часа три в эти игры. Мы потом повернулись, смотрим, а дочка сидит и говорит: «Всё, я устала». И уже сама бросила этот компьютер. Потом, как мне сказала подруга, она долго к нему не подходила, всё лето играла на улице, с ребятами ездила на речку купаться. Мама спрашивает: «А что – компьютер уже не надо?» «Не надо, – говорит, – он мне уже во сне приснился».

То есть она вообще убрала контроль на это время, и ребёнок сам играл. И ей уже настолько это надоело, что она долго потом не подходила. Как тебе такое?

**Елена:** Интересный момент. Это перенасыщение, когда ты ничего не запрещаешь.

### **1:15:50 Совет МидгасКауса по прививанию навыков правильного питания детям и взрослым.**

**Елена:** Есть даже такая техника у нас на Земле, когда разрешают кушать мороженое: «Кушай и то, и то!» И вот уже ребёнок настолько наестся, что ему нехорошо, и он потом этого долго не хочет.

**Ирина (МидгасКаус):** Да, я бы такое тоже рекомендовал в связи с питанием. Бывает, что ребёнок часто просит одну пищу и не ест другую, то есть просит сладости или ещё чего-либо, и многие родители спрашивают, как с этим бороться. Бороться с этим не нужно, это просто вкусы вашего ребёнка. Он же не борется с вашими вкусами в пище? Но можно гармонизировать, не бороться, а гармонизировать.

Например, сказать: «Хорошо. Ты настолько любишь мороженое, чипсы, конфеты?» Вы на день покупаете ему определённое количество порций только этой еды и даёте с утра только это и чистую воду. Первый день даёте. Если он чего-то ещё просит, говорите: «Это же твоя любимая пища. Давай мы до вечера будем есть только её». Есть дети, которые откажутся сами и скажут: «Нет, я не хочу». В таком случае, конечно, давайте им другую пищу. А есть те, которые будут с удовольствием кушать и ничего другого не просить. Тогда на второй день тоже давайте только её. Но тут уже меньше детей останется.

(Ирина) Как тебе такой способ?

**Елена:** Здорово, классно! Я для себя иногда тоже буду это применять, потому что иногда что-то переешь и потом долго-долго не кушаешь, или вообще больше никогда не кушаешь.

**Ирина (МидгасКаус):** Меня тоже спрашивали некоторые женщины, говорили, что любят кушать шоколад или ещё что-то. Конечно, можно его есть, как и любую другую пищу. Вообще самое полезное – разнообразие. Они мне говорили: «Я так люблю шоколад, что уже ничего другого как-то и не хочется». То есть съел шоколадку – и уже обедать, например, не хочется.

И это уже вызывает дисбаланс питательных веществ. То есть она заменяет перекусами своё питание. И говорит: «Я не могу с этим справиться. Я понимаю, что нужно правильно питаться. А правильно – это гармонично, разнообразно и так далее. Но я не могу справиться с тягой к этому продукту». Именно к одному или к нескольким похожим.

Хорошо. Не надо с этим бороться. Надо дать организму то, что он просит. Но только его. На следующий день вы покупаете свой любимый шоколад и начинаете только его кушать. Захотели кушать – съели шоколадку, попили воды. В следующий раз захотели

кушать – опять взяли шоколадку. Я вас уверяю, уже не будет прежнего удовольствия.

**(Ирина)** Как тебе такой способ?

**Елена:** Здорово, Мид! Открываем новую диету от Проекта «Кассиопея»! Едим только то, что нравится на протяжении трёх дней, обедаемся.

**Ирина (МидгасКаус):** Кушать только то, что нравится, на протяжении трёх дней – мало кто может с этим справиться, на самом деле. Я сейчас имею в виду – есть только этот продукт и, естественно, воду. Воды в любом случае нужно пить 1,5–2 л в сутки. Иначе будет обезвоживание, головная боль и так далее. Этого не нужно делать.

**Елена:** Здорово, Мид! Я благодарю тебя! И тебя, Ирочка, благодарю!

У меня очень много вопросов, которые я не задала. Но они касались чисто морфологических показателей мозга у людей с СДВГ. И когда ты сказал, что всё дело просто в передаче Любви и взаимодействии, у меня все эти вопросы отпали. Вот у меня сколько их (показывает)! Я их не стала задавать, потому что в них нет смысла. Пока мы не научимся любить своего ребёнка, какой бы там мозг ни был, каким бы анализом он ни поддавался, это не будет иметь никакой ценности. Вот это моё понимание от сегодняшней беседы. Поэтому я не стала их задавать.

Великолепный эфир! Здорово!

**Ирина:** Да. А ещё Мид мне сейчас напомнил про моих знакомых. Они выращивали птицу – домашних гусей и т.п. Они помногу их держали и детям часто давали мясо гусей на завтрак. И их мама рассказывала, как в очередной раз дети проснулись, чтобы пойти в школу. Садятся они завтракать перед школой, смотрят и говорят: «Опять на завтрак эти гуси! Мы уже не можем смотреть на это!» Их мама говорит, что она их поняла, и то ли кашу, то ли картошку пожарила, что-то простое, и они это съели быстрее, чем гусей.

Как тебе такое?

**Елена:** Классно!

**Ирина (МидгасКаус):** Человеческий организм именно через чувство вкуса у вас потребует разнообразия, в любом случае. Вы не сможете питаться каким-то одним, даже самым любимым вашим продуктом долгое время.

**Елена:** Классно! Всё самое интересное и классное – оно очень простое.

### **1:22:27 Советы МидгасКауса по питанию детей с СДВГ.**

**Ирина (МидгасКаус):** А что касается именно питания, я хочу дать практический совет детям уже с дефицитом внимания и гиперактивностью, что будет для них полезно в питании. Именно для них будет полезно преимущество в рационе белкового питания и небольшое количество углеводов, особенно быстрых. Также можно принимать комплексы витаминов, которых обычно не хватает для корректной работы нейромедиаторов. Это магний, железо, фолиевая кислота и витамин Д.

Кстати, если будущая мама весь период беременности или хотя бы первые три месяца беременности принимает фолиевую кислоту, у неё снижается риск рождения ребёнка с подобными органическими патологиями.

**Елена:** Мид, я тебя обожаю! Сейчас выстрел прямо в десятку, называется. Я выписывала тоже вопросы по продуктам питания. Но то, что ты сейчас сказал про беременность и про фолиевую кислоту, за это мы очень тебя благодарим, Мид. Вообще здорово, здорово, здорово! Вот такие маленькие советы, но они могут изменить сценарий жизни целого человека.

**Ирина (МидгасКаус):** Также я рекомендую, особенно в период беременности, следить за количеством йода в рационе. Потому что, когда формируется мозг ребёнка, это происходит под влиянием нормального количества йода в организме мамы, там закладываются такие тонкие структуры ядра мозга и ствола мозга, которые будут способствовать его более быстрому мышлению. Так что, если вы беременные, можете принимать дополнительно препараты йода в количестве до 200 микрограммов в сутки. Также полезен этот микроэлемент детям, начиная с 5–7 лет, но в количестве в два раза

меньшем.

Установлено различными наблюдениями, что дети, получающие фолиевую кислоту, железо, магний, витамин D и йод, являются более спокойными, и у них увеличивается успеваемость в школе.

**Елена:** Класс, Мид! Ты дал сейчас столько советов! Если даже такие маленькие советы применять, уже сколько деток вырастет здоровыми у беременных мамочек. И благодаря тебе, Ирочка. И сколько мамочек сейчас добавляют в рацион питания деткам эти витаминки, и детки будут более спокойными. Я такая довольная!

**Ирина (МидгасКаус):** А если уже у него есть синдром дефицита внимания и гиперактивность, давайте ему больше белков и меньше сладостей, именно таких, как сахар, и т.п. Вы можете заменить сахар, если он очень любит сладкое. Обычно такие дети ещё очень быстро съедают всё сладкое, потому что оно необходимо для пополнения энергии их мозга. Вы можете давать ему определённые заменители, такие как сукралоза. Да и сами можете его употреблять. Это тоже сладкий продукт, определённый углевод, который, в отличие от сахарозы, питает микрофлору кишечника, повышает иммунитет, и им не питаются бактерии во рту, которые вызывают кариес.

**Елена:** Ира, Мид, я про сукралозу не знала, честно говоря!

**Ирина (МидгасКаус):** По цене она дорогая. Но она считается полезной именно для правильного питания сладкими продуктами. На её основе даже делают различное варенье.

**Елена:** Мид, а про стевию ты слышал? У нас сейчас очень популярна такая замена.

**Ирина (МидгасКаус):** Да, слышал. Это определённые травы.

**Елена:** Ею тоже можно заменять?

**Ирина (МидгасКаус):** Да, но у неё специфический привкус, не все её любят. Можно давать фруктозу. Она так же, как и сахароза, действует на инсулин, но в меньшей степени.

**Елена:** Благодарю, Мид! Ира, я такая довольная! Я тебя тоже благодарю. Ты, наверно, уже устала, Ирочка?

### **1:28:49 Разница в восприятии энергии МидгасКауса и плазмоидов у Елены.**

**Елена:** Мид, можно одну просьбу? Прежде чем я тебе расскажу одну весёлую, радостную историю для завершения, если разрешишь.

**Ирина (МидгасКаус):** Да.

**Елена:** Просьба у меня такая. Так как я общаюсь с плазмоидами и понимаю их энергию, может ли Мид рядом со мной оказаться, чтобы я поняла разницу с гуманоидными представителями?

**Ирина:** Да. Я прошу Мида переместиться к Елене.

**Ирина:** Ну что, какая разница?

**Елена:** Есть разница! У меня внутри, вот здесь (показывает на диафрагму) как будто шар большой тепла. Он пошёл по всему телу и на расширение. Есть разница от гуманоида. Мид, я тебя очень благодарю!

**Ирина:** Тебе нравится его энергия?

**Елена:** Очень нравится! (не слышит Ирину)

Ирочка! Это, наверное, Мид тут прошёл, и у меня всё отключилось.

**Ирина:** Ну, как тебе его энергия?

**Елена:** Здорово! Во-первых, ещё чуть-чуть – и у меня бы слёзы полились. И пошло тепло от третьей чакры в сердечный актив. Я чувствовала, как будто бы он слева и немножко сбоку, что ли. Как окутывание какое-то. Интересно очень. Мне понравилось. Необычно. Я испытывала такое при контактах. Но с Мидом я давно мечтала познакомиться и всё время говорила: «Мид, пожалуйста! Мид, пожалуйста!»

**Ирина:** Запомни его энергию.

Ну что, рассказывай теперь историю!

### **1:30:52 Смешная история от Елены.**

**Елена:** Итак, смешная история. В каждой конференции все будут теперь рассказывать свою интересную историю.

Моей маме 80 лет. Она взрослый человек и уже старенькая, скажем так. Она много лет не принимала мою необычность. А в последнее время я показываю ей видео с Ириной, рассказываю – и она меня уже принимает и радуется. И она меня спрашивает: «Как там наши инопланетяне?»

Я ей позавчера говорю: «Мама, я решила выйти замуж за инопланетянина». Она села и мне серьёзно говорит: «Я согласна. Скажи, пусть приходят». Я говорю: «Хорошо, я им передам, сделаю запрос». Она говорит: «Пусть тогда придут, пока я не умерла, чтобы я с ними познакомилась. А потом я пойду уже завершать воплощение».

Так что, Мид, если есть Служба знакомства Межзвёздного Союза, где желают невесту с Земли, обращайтесь! Тёща готова и ждёт представителей инопланетных цивилизаций.

**Ирина (МидгасКаус):** Благодарим твою маму. Я прошу ей передать от меня, как от инопланетянина, что она адаптировала к земному миру прекрасную Душу!

**Елена:** Благодарю, Мид! Благодарю, Ирочка! Эта конференция для меня – как самый лучший подарок на Новый год маленькому ребёнку.

**Ирина (МидгасКаус):** Хорошо.

(Ирина) Итак, благодарю МидгасКауса за контакт, благодарю своё Высшее Я за помощь в контакте. Благодарю также Елену, Михаила за организацию видео. Благодарю вас, дорогие зрители, за то, что вы посмотрели. Надеюсь, вам было интересно.

До новых встреч!

-

транскрибатор – Марина Бродская  
корректор – Ольга Шепелева