

# Лууле Виилма

*Прощение  
подлинное  
и мнимое*

**Прости себя**

## **Annotation**

Автор серии книг, специалист с многолетним опытом в области медицинских и духовных практик, рассказывает о разработанном ею учении. Суть его состоит в том, что, научившись правильно думать и прощать себя в самом широком смысле, человек обретает здоровье, счастье и душевный покой.

Учение Л. Виилмы изложено в пяти книгах (три из них в двух частях). Вашему вниманию предлагается вторая часть пятой книги.

Перевод: Ирина Рююдья

Лууле Виилма

О желании стать человеком

О позитивном и негативном мышлении

О жалости к себе и утрате жизненных сил

О болезни из-за ближнего

Пришла беда – отворяй ворота

О половом бессилии

О любви и стыде

О лестнице в рай, возведенной на песке

О неделикатном и деликатном убийстве

Стыд быть человеком

О желании стать звездой

Жизненный кризис

Ночная радуга

В заключение

**Лууле Виилма**

**Прощение подлинное и мнимое. Книга гордости и стыда**

*Человек – зеркало своего характера*

*В каждом человеке есть что-то от личности, но не всякий человек является личностью.*

*Личностью не является тот, кто желает быть личностью. Личностью является тот, кто испытывает потребность быть самим собой.*

*Кто напрягается во имя цели, тот может стать влиятельной личностью – личностью по форме, но не по сути.*

*Он может именовать себя личностью, и его поклонники могут именовать его личностью. Истина обнаружится позднее.*

*Лишь тогда, когда человек начинает познавать свои заблуждения, происходит очищение*

его сущности. *Начинается совершенствование личности – развитие.*

*И тогда человек понимает, что он – человек.*

*Просто человек.*

*Жизнь постоянно преподносит человеку духовные, душевные и материальные уроки для самопознания.*

*Из всего этого:*

*9/10 необходимо лишь прочувствовать и осознать, а 1/10 необходимо к тому же пережить.*

*Из этой 1/10:*

*9/10 необходимо усвоить через опыт и лишь 1/10 – через страдания.*

*Это лишь малая толика от целого числа.*

*Жизнь показывает, что доля страданий постоянно возрастает, поскольку люди не умеют мыслить с любовью.*

*Кто научится ценить свои чувства, понимать их смысл, тот научится мыслить с любовью.*

*Кто осознает, что жизнь не что иное, как учеба, тот и в дальнейшем будет мыслить с любовью.*

*Способность думать о любви с любовью есть счастье. Это значит: счастливы те, кто оберегает душевный покой, пребывая в состоянии душевного покоя.*

**О желании стать человеком**

Зачем стремиться к тому, что уже есть?

**Человек, которого одолевают страхи, так не думает. Поэтому большинство родителей желают воспитать из ребенка человека.** Так как желание это хорошее, им и в голову не приходит, что воспитать человека из кого бы то ни было невозможно. Из животного или растения сделать человека нельзя. Их только можно вырастить большими. Причем утверждение это тоже не совсем верно, ведь, выращивая их, мы по сути проявляем о них заботу. Точно так же можно вырастить ребенка взрослым, но не человеком, потому что он сам по себе уже человек. Человек являет собой энергию духовного уровня, ребенок – энергию физического. Все желания реализуются только на *физическом уровне*. На уровне духовном жизнь протекает *согласно потребностям*.

Кто в мыслях либо на словах говорит: **мне нужно** вырастить своего ребенка человеком, **тот наставляет ребенка**. Кто в мыслях либо на словах говорит: **я хочу** сделать из ребенка человека, **тот ребенка воспитывает**.

Личность принято воспитывать на основе примеров, авторитетов, идеалов, причем упор делается на их выдающиеся достижения. Воспитующий ни на секунду не задумывается над вопросом: «А человек ли вообще тот, кто является образцом для подражания?» В стремлении к совершенству достигаются внешний блеск, богатство, слава, известность, т. е. знание, что я лучше других. Какая радость! Но когда-нибудь появляется ощущение, что это не так. Хотя я и лучше других, но меня не считают человеком, тогда как я желаю им быть. С этой минуты начинается **самовоспитание, чтобы стать человеком**. Опять-таки происходит подражание примерам, покуда не наступают разочарование и апатия.

*Быть самим собой – до этого додумываются немногие. Оставаться самим собой, не идя на поводу у большинства, – на это мало кто осмеливается.* Родители, ощущающие себя задетыми этими речами, а значит, ощущающие себя виноватыми, с раздражением спрашивают: «Что же, теперь уже и приказывать ребенку нельзя?» Почему же, можно. Иногда просто

необходимо. Иногда не нужно. Иногда нельзя. *Нужно знать, как обходиться с ребенком.* Когда Вы высвободите свои стрессы, Вы *узнаете себя получше и почувствуете, как вести себя* в данный момент. Чувство такта подскажет. Если Вы стараетесь воспитывать ребенка, опираясь на знания из области психологии, то впоследствии не обвиняйте ребенка ни в чем. Знания – вещь хорошая, но если они не работают на практике, то только вредят. Лишь внутреннее чувство может подсказать, что для Вас в данный момент хорошо, а что плохо. *Но если Ваши чувства подчинены знаниям, чувства отсутствуют.* Вы ничего не ощущаете. В этом случае у Вас место совести заменяют знания.

Личность – это кто? **Личность – это человек, открытый для жизни, который с достоинством шагает по добровольно избранной дороге своей судьбы, не отвлекаясь ни на кого и ни на что.** Истинных, сформировавшихся, полноценных личностей на свете единицы, и они не бросаются в глаза. В основном они живут отшельниками, *дабы не тревожить хороших людей фактом своего существования.* Преклоняющиеся перед личностями люди путают их с теми сильными и могучими, которым все нипочем и которые делают все, что им вздумается, *лишь бы доказать, что они являются личностями.* Напомню: **доказывают то, чего нет.**

*Искушение доказать, чего я стою,* наверняка не чуждо и Вам. Отпустите его на волю. Высвобождение личности из плена страха – это тяжкий труд, но чем основательнее Вы это делаете, тем явственней почувствуете, что значит быть личностью. *Личность способна одновременно видеть оба мира – духовный и физический,* поэтому ее не задевает свойственное остальным одностороннее видение мира. Личность сама не оценивает ничего. Зато окружающие своими оценками постоянно испытывают ее на прочность. В итоге большинство личностей, являющихся на свет для самосовершенствования, гибнут уже в детские годы благодаря стараниям хороших людей с их прекрасными идеалами.

...

*Человек способен не реагировать на мнение всего света, но не способен не реагировать на мнение родителей, ибо те укоренились у него в душе и воздействуют таким образом, что человек и сам не понимает, что с ним происходит. Против родительской воли протестует тот, чьи родители вслух высказывают свои желания либо дают о них понять всем своим видом. Если они скрывают свои желания, ребенок так и не будет понимать, почему он движется, точно управляемая с пульта электрическая игрушка, туда, куда его не влечет собственное сердце.*

Более всего губят ребенка как личность те родители, которые, стремясь воспитать из ребенка личность, **ради добра же воздействуют на него добром,** но никогда не задаются вопросом, нужно ли ребенку то, чего желают они. Проявляющие единокорные родители напоминают садовода-любителя, который, выращивая свою морковь, каждый день дергает морковку за хвостик, чтобы росла быстрее, покуда однажды не вырвет ее с корнем либо обнаружит, что растение неизвестно от чего завяло. Дитя погибло, не выдержав подобного выращивания.

Не ладящие между собой родители, считающие себя хорошими и непогрешимыми, желают воспитать ребенка лучше, чем воспитаны чужие дети. Выращивая свою морковку, один дергает ботву в свою сторону, другой – в свою. *Как поступают родители, точно так же поступает и весь остальной мир,* и ребенка до конца его дней будут дергать и терзать окружающие, каждый в своих интересах. Причем все будут им еще и недовольны. Пока он не обретет себя, людское недовольство вполне оправданно.

Представьте себе морковь, которую в течение всего срока роста дергают туда-сюда и еще

куда-то и продолжают дергать, когда корнеплод созрел. Садовнику достается мохнатая кривулька, которую и в рот не положишь. Она **непригодна**. **Непригодна** в семье, **непригодна** в детском саду, **непригодна** в школе. В военкомате на медкомиссии на бумагу ставят печать: **«Негоден к службе в армии!»** Не годен ни к чему.

Фактически эта оценка припечатывается на сердце и там остается. В состоянии ли такой человек когда-либо обрести собственное достоинство? Это по плечу считаным единицам. Достигается это ценой разрыва всех былых связей. Подобные негодные люди происходят из хороших и из плохих семей. Они становятся бездомными, никому не нужными существами. Большинство стараются доказать свою пригодность самыми разными способами, а если не получается, опускают руки и превращаются в беспардонных **прожигателей жизни**. Все это происходит потому, что детей стараются вырастить людьми.

**Воспитание – это приобщение ребенка, в меру возможностей, ко всему тому, что представляется благом.**

В целом, сюда относятся красота и разные красивые вещи, ум и всевозможные знания, а также богатство, начиная с мелочей и заканчивая баснословно дорогими вещами.

Родители, желающие добра, испытывают счастье, когда ребенок все это принимает и бросается отрабатывать родительские дары. Так велит **чувство благодарности**. Чем больше его за это хвалят, тем он счастливее. Рано или поздно идиллия заканчивается для всех, так как для каждого человека когда-нибудь наступает пора, когда ему необходимо **самоутвердиться**. Чем больше ребенка приобщают только к хорошему и чем лучше ему живется, тем яснее выявляется, что думающей собственной головой личности нет и в помине. Она истреблена. Осталась лишь обратная сторона личности – манипулируемая гордыня. Любому постороннему ясно, что дурака стоит лишь похвалить, как он уже землю рыть готов, тогда как любящие родители по-прежнему слепы. Это продолжается до тех пор, пока жизнь не раскрывает им глаза на горькую правду. Оказывается, ребенок не способен делать выбор.

Жизнь человека – постоянный выбор. Малейший шаг представляет собой выбор между хорошим и плохим, даже если мы должны выбирать между хорошим и хорошим. Хотелось бы получить и то, и другое разом, но не получается. Отказаться же не позволяет корыстолюбие. Человек не в состоянии разобраться в собственных потребностях. В итоге все больше уязвляется гордость, причем из-за собственных переживаний человек не видит переживаний других. Переживания любого другого человека из-за дефектов своей внешности кажутся ему смехотворными по сравнению с его собственными. Если ближнего постигает неудача, он весь сияет, ибо высокомерие и злорадство существуют бок о бок. Гордость за свою красоту, доставшуюся ценой великих усилий, она же высокомерная красота, способна уничтожить красоту соперника либо самого соперника. Вот почему красивых от природы девушек принято прятать от надменных красавиц.

Проблемы, связанные с выбором, концентрируются в решетчатой кости, которая находится в области переносицы, между глазами. То, как Вы характеризуете свою переносицу, т. е. межглазное пространство, относится в равной мере к тому, как Вы делаете выбор. Если за человека, будь он ребенок или взрослый, принимает решение кто-то другой, не спрашивая его мнения, это все равно что нанести человеку удар кулаком между глаз. Кто и как на это реагирует, это уже особая статья.

Кто испытывает печаль и желание скрыть факт нанесения ему удара, у того **решетчатая кость разбухает**, и у него закладывает нос. За кого **постоянно** решают все другие, у того без какого-либо насморка постоянно заложен нос, и его **мозг перестает развиваться**. Умный и известный человек, ставший в последнее время незаметно для себя **говорить в нос**, не захочет признавать справедливость моих слов, но если он даст немного воли своей энергии гордости и

совершения выбора, то он поймет, что потенциал его мозга на самом деле гораздо больше.

В носу обитает уязвленная гордость. Напомню, что обида возникает оттого, что человек не получает желаемого. Фактически человек никогда не получает того, чего хочет. Он получает то, в чем нуждается. Если он не умеет жить сообразно потребностям, то необходимое приплывает к нему через желание, а желанию автоматически сопутствует стресс обиды. Тем самым обида всегда дается нам как бы в довесок. *Чем сильнее у человека ощущение опустошенности, тем менее он способен принимать решения.* Зная, что ему необходимо принять решение, и ощущая, что ему с этим не справиться, человек испытывает отчаяние. Итогом является неспособность принимать решения. Отягчающим обстоятельством в данном случае является высокий уровень образования, который вынуждает скрывать стыд за свою беспомощность и стараться изо всех сил, чтобы проблема не всплыла наружу.

Соккрытие неспособности принимать решения ведет к воспалению лобной пазухи. Стоит кому-то мимоходом, пусть даже в шутку, посоветовать, дескать, послушай, у тебя кишка тонка, спихни эту работу на другого, как человек оскорбляется до глубины души. *Отчаянное желание скрыть обиду вызывает воспаление гайморовой пазухи.* Стыд, не позволяющий человеку показать, что он оскорблен, помогает обиде затаиться в гайморовых пазухах, да так, что человек сам не понимает, что он оскорблен. Почему? Потому что он *не ощущает* обиды.

Широкий, приплюснутый нос и далеко посаженные глаза наблюдаются у горемычных детей с синдромом Дауна. Речь идет о врожденных генетических нарушениях, характеризующихся задержкой умственного и физического развития. Для этих детей самой большой проблемой является духовная недоразвитость. Это люди, которые еще в предыдущих жизнях были лишены возможности делать выбор. Им пришлось подавить свой духовный потенциал из страха быть самими собой. Послушно следуя чужой указке, они превратились в **по-собачьи раболепных исполнителей**, и потому иная перспектива им и не светила. Собака не знает ни своей матери, ни брата, в стае с которыми она выросла. Она служит хозяину и готова перегрызть горло даже собственной матери, если того пожелает хозяин. Раболепное исполнение приказов ведет к гибели чужих людей. *Смерть ставит крест на беспрекословном послушании, тогда как жизнь помнит про неусвоенные уроки и в следующей жизни дает человеку возможность жить по-собачьи.* Если у обоих родителей отсутствует, как им кажется, возможность выбора, если они вынуждены терпеть друг друга за неимением лучшего, если они горделиво отрекаются от своей проблемы, то у них рождается ребенок с аналогичным складом мышления.

**Синдром Дауна** выражает **проблему бесперспективной любви**. Ребенок является суммарным выражением своих родителей, и рассудительность как матери, так и отца имеет для него жизненно важное значение. Но если родительская гордыня перерастает их самих, в своем видении мира они столь же далеки друг от друга, как и глаза у ребенка. Случаи синдрома Дауна учащаются с повышением возраста родителей, особенно матери. Это указывает на то, что если ты достигаешь такого возраста, когда хочется порисоваться своим умом, то **хвались на здоровье, но детей уже не заводи**, поскольку чрезмерный ум оборачивается глупостью. Если ты уже смолоду считаешь себя настолько умным, что ни один партнер тебя недостойн, *то не обзаводись детьми.* Если обзаведешься, начнешь винить второго родителя в умственной отсталости ребенка.

Любая форма **недоразвитости свидетельствует о том, что любовь между родителями дала трещину**. Обвиняя во всем себя, человек утрачивает ощущение полноценности. Он старается скрыть это – стремится делать все как можно лучше и держаться на высоте. Если же что-то не получается, им овладевает отчаяние. Ища забвения на стороне, он лишь усугубляет свое плохое. Желая самооправдаться и приглушить голос раскаяния, он обрушивается с критикой в адрес супруга, отчего между мужем и женой еще больше

портятся отношения. Союз, основанный на лжи и утаивании правды, рано или поздно обнаруживает свою суть в образе ребенка.

Красота, ум, богатство и слава – вещи не зазорные, но зазорно ими кичиться. Кичливость своим умом перерастает в спесивость, если ум добыт тяжким трудом либо добыт для компенсации внешней непривлекательности либо бедности. Кому потребен ум, тот учится на голодный желудок. Но не потому, что раз нет красивой внешности, то необходимо иметь по крайней мере голову на плечах. Секретами своих успехов он охотно делится с теми, кто, вопреки таким же нищенским условиям, стремится прорваться к знаниям. Кто желает своими знаниями похвалиться, тот эксплуатирует в корыстных целях окружающих и, набравшись ума, может добиться больших успехов, стать известным и ценным специалистом, но ему будет очень трудно найти любящего человека. Помогать ближним он не умеет и не умеет ничему их научить, а если те его упрашивают, он начинает нервничать и сводит разговор к тому, как трудно ему было в свое время учиться. С каким упорством он учился, невзирая на трудности. Такой человек ни перед кем не ощущает себя в долгу, даже если кому-то обязан. Напротив, люди ощущают себя перед ним должниками, когда он как бы между прочим замечает, как много доброго он делает окружающим и как мало это ценится. То есть в пересчете на деньги. Обиженного до глубины души собеседника так и подмывает наброситься на него с кулаками. **Горделивость исподволь перерастает в зазнайство, в эгоизм.**

Умник не может не демонстрировать свой ум.

**Кичащийся богатством не может не демонстрировать своего богатства.** Если Вы не боитесь спеси богачей, значит, Вас не задевает их богатство. На усилия богачей либо преуспевающих фирм друг друга перещеголять Вы смотрите как на комедию либо трагедию, разыгрываемую на театральных подмостках, и извлекаете немало поучительного для себя. Как только Вам начинает казаться, что богатые глумятся над бедными, в Вас начинает расти спесивость. Пусть богатый глумится себе на здоровье, *если ему это испытание потребно*. Если бедняк принимается издеваться над богачом, целя в уязвимые места, то им движет жажда мести, она же *злонамеренная злоба*, которая бьет по нему самому. Богатым свойственно похвалиться, тогда как бедные воспринимают это как издевательство над собой, видя в этом унижение их человеческого достоинства, и в итоге заболевают раком.

**Издевательство являет собой злонамеренную злобу. Если Вы признаете, что над Вами кто-то издевается, Вы перенимаете энергию издевательства, и она на Вас воздействует.**

Человек, считающий себя бедным, зачастую видит кичливость там, где ее нет и в помине. Например, далеко не богатый человек выкраивает из своих сбережений деньги на покупку некоей вещи, о которой мечтал всю жизнь. Во имя этого он ограничивал себя во всем и теперь не может нарадоваться на ценное приобретение, стоящее немалых по всем меркам денег. Вещь попадает на глаза гораздо более состоятельному соседу, и тот едва не лопаётся от зависти. Он ощущает себя задетым за живое, если у соседа вещь лучше, чем у него. Поэтому в современном мире растёт страх перед соседями. Уж лучше доверять совершенно незнакомому человеку.

Люди гордятся тем, что создано их собственными руками. Но больше всего они гордятся, и гордятся искренне, не подозревая ничего дурного, когда им удастся сделать из ближнего человека. Родители делают из ребенка человека, начальник делает из подчиненного человека, тюрьма делает из заключенного человека. Воспитатель расхваливает свое деяние до небес: *«Я сделал из него человека! До меня он был никем!»* Если воспитанник не проявляет при этих словах возмущения, т. е. молча сносит оскорбление, то вскоре «педагог» с гордостью трубит о своем достижении всему свету. Рано или поздно ему придется пережить жестокое разочарование: *«Вот, значит, как он меня отблагодарил! Какая низость!»*

Тот, из кого сделали человека и кто при этом на целую голову перерос своего творца,

расплачивается с ним самым беспощадным образом. Расплачивается за хвастовство.

Мстит безобразно, болезненно, подло, у всех на виду – так, как это умеет одна лишь гордость. Возможно, он об этом и не думал, но испытываемая потерпевшим **гордость за самого себя, она же спесивость**, выросла до критической черты, и тогда все произошло автоматически. Кто осознает свое заблуждение, тот прощает как себе, так и мстителю. Кто не осознает, тот шлепается с небес своей гордости *на сковороду собственной спесивости*. Все берет начало в детстве. Характерной ошибкой в процессе воспитания является **неумение признавать в ребенке личность. В ком не признают личность, тот не сможет в будущем признавать личность в окружающих. Никто не замечает, насколько ребенок продвинулся в своем развитии по сравнению с предыдущим годом или вчерашним днем. Замечают только то, насколько он лучше или хуже по сравнению с другими детьми.** Это значит, что **признавать личность не умеют, зато умеют оценивать.**

**Оценка сродни обвинению.**

**Признание развивает, оценивание заставляет развиваться.** Любое оценочное суждение, исходящее от родителей, школьных учителей и людей вообще, рождает протест, призванный обратить внимание взрослых на то, что **каждый человек нуждается в признании.** В том числе и взрослый. Чтобы дать оценку своим ровесникам, взрослые изобретают всевозможные способы проверки их личных качеств, не задумываясь о том, что занимаются самообманом. *Оценка не воспринималась бы с обидой ни ребенком, ни взрослым, если бы при этом оценивался его труд, а не он сам.*

**Чувство собственного достоинства произрастает не из чужих похвал, оно исходит от самого человека.** Ребенок, чьи растущие навыки находят признание в кругу семьи, чьи недочеты обсуждаются и корректируются домочадцами, обладает смелостью быть самим собой и среди чужих людей. Зная свои слабые и сильные стороны, он способен сориентироваться в любой ситуации, не становясь при этом занозой ни в чьем глазу. Совместные семейные мероприятия, где каждый член семьи *проявляет свои способности* где его успехи добросердечно одобряются близкими, развивают способность отдавать самое лучшее где бы то ни было. Вспомните, когда у Вас в последний раз нашлось достаточно времени, чтобы побывать с семьей на природе, да так, чтобы Вы смогли уделить внимание находкам и открытиям Ваших детей, включая самого маленького из них? Было ли так, что вы сидели все вместе на траве, размышляли о жизни и при этом всем было интересно, никто не спешил заняться чем-то более важным, не сознавая, что тем самым он обижает остальных? Когда Вы в последний раз устраивали домашние концерты, где каждый выступал со своим номером – пел, танцевал, играл на музыкальном инструменте, исполнял гимнастическое упражнение либо делал что-то еще, проявляя свое мастерство и находчивость?

**Когда была минута, о которой можно сказать, что Вы сумели насладиться ощущением святости?** Когда-нибудь вообще это было? Сумели ли Вы в своей жизни проявить себя не только как рабочая скотинка или заведенный автомат?

Из года в год мы сталкиваемся с обратной ситуацией, когда дети в присутствии родителей исполняют перед Дедом Морозом новогодние стихи. Стихотворение, песня, рассказ – это культурное творчество, и, когда вещь звучит в родительском исполнении, ребенок проникается уважением к культуре, но если стихи заучиваются только ради новогоднего подарка, происходит опошление как культуры, так и самого праздника. Родители, неспособные ценить мелочи жизни, могут испытывать желание гордиться своими детьми, но им не дано признавать в детях личность.

Если Вы скажете, что для таких вещей у Вас нет времени, это значит, что жизнь Вы начали не с того конца, оттого и нет времени. На деле же жизнь предоставляет каждому из нас

достаточно много времени, но мы этот дар не принимаем, поскольку не замечаем его на бегу. Нас подгоняет страх опоздать, страх оказаться у пустого корыта. Само понятие «признание» стало забываться – нам подавай то, чем мы гордились бы. Спешка – это гонка за убегающим зайцем, оттого мы и не можем остановиться. **С признанием относиться к чужому труду способен лишь тот, кто обладает чувством собственного достоинства.** Высвободив его, Вы можете отправиться поглядеть на чью угодно работу и, даже если обнаружите там чистейший воды брак, можете во весь голос заявить в лицо автору о его просчетах, и он будет благодарен Вам навеки. Почему? Потому что его труд Вами признан. Если уважающий себя специалист с вниманием относится к работе начинающего и не считает ниже своего достоинства указать на огрехи, он выказывает признание. Работа признается им стоящей того, чтобы устранить ошибки. В ней что-то есть. Если рядом появляется умный и интеллигентный человек, который находит еще одну ошибку и со свойственной интеллигенту воспитанностью о ней заговаривает, то автор работы обижается. Почему? Потому что **ум не способен на признание. Он способен лишь хвалить либо порицать.**

**Уважающий себя человек держится прямо и смело высказывается по существу дела, но его слова не обижают. Суровое слово уважающего себя человека возвышает и вдохновляет в том числе и раба, и нищего, и человека, который считал себя прежде пустым местом.**

То, что хорошо по земным меркам, плохо по меркам духовным, т. е. с позиции житейской истины. Что хорошо по форме, плохо по содержанию. Как похвала, так и порицание являются в житейском смысле негативностью, потому что они не выражают сути дела. **Особенно велика негативность у похвалы.** Она велика из-за своего потенциального роста. Порицание нежелательно, и потому предпринимаются шаги, чтобы его избежать. Похвала желанна, и потому делается все, чтобы ее заслужить, но при этом человек не замечает того, что в тени у растущей позитивности растет также и негативность.

Чем больше человека **хвалят** и чем больше он ждет похвалы, чем больше человеку **аплодируют** и чем больше аплодисменты становятся единственным смыслом его жизни, чем больше человеку достается всяческих **признаний, похвальных и почетных грамот, благодарственных писем и почетных дипломов** и чем выше он себя при этом ценит, чем больше **орденов** вешают ему на грудь и чем больше ему нравится в них красоваться, чем больше **почетных званий** присваивается человеку и чем больше он желает, чтобы все его титулы назывались, – тем больше он преисполняется собой, пока не лопнет. Если тогда до него доходит, что фактически его использовали в чьих-то интересах, использовали как орудие в чьих-то руках, как затычку, как разменную монету, то, возможно, он так и не сможет собрать себя из кусков воедино. Так гибнут авторитеты, чье желание стать личностью умножает их богатство, славу и признание. Воспитывая ребенка на примере такого человека, мы обрекаем его на ту же участь. Желаем блага, а обретаем зло. Кто это осознает, тот позволяет ребенку быть самим собой и становиться личностью, испытывая при этом счастье. Он умеет быть ребенку опорой, куда тот в опоре нуждается. Если Вы хотите сказать, что не умеете развивать ребенка как личность, не тревожьтесь – ребенок сам Вас этому научит. Ведь он явился на свет, чтобы наставлять родителей духовно. От Вас только и требуется – уловить то, чему он Вас учит.

...

*Если Вы считаете, что время уже упущено, то знайте, что это не так. Начните прямо сейчас. Всегда относитесь к себе как к ученику и не считайте себя учителем, тогда Вы никогда не возгордитесь.*

Тогда Вы сумеете принять духовные наставления от всех и вся и взамен дать земные наставления, до которых Вы доходите сами.

Вы не суетесь туда, куда не надо, и не даете советов там, где в советах не нуждаются. Ваши наставления всегда принимаются с благодарностью как своими, так и чужими.

Ребенок, растущий у горделивых родителей, выставляющих горделивость напоказ, и который без восторга относится к родительскому поведению и их прекрасным мечтам, однако, несмотря ни на что, перенимает горделивость родителей, *начинает воспитывать себя сам*. Его протест против родительской потребности в хвастовстве может перерасти в желание скрыть от родителей свои большие достижения, держать их при себе, чтобы самому гордиться достигнутым и делиться им с теми, кто способен оценить достигнутое по достоинству.

Подобный ребенок способен пережить то, что не в силах пережить никто другой. Он никогда не раскрывает свою душу кому бы то ни было, поскольку не нуждается в этом. Внешне он производит впечатление гармоничной личности, а фактически все обстоит наоборот. Преследуемый страхом «а вдруг я не смогу снова стать самим собой?», он посвящает себя строжайшему самовоспитанию, основанному на неукоснительном следовании идеалам.

Такой тип человека подобен **платине, которая затмевается блеском золота**, но тем не менее сознает свою исключительность и ценность, известную лишь знатокам. Умный, состоятельный, лишенный эмоций человек является потенциальным носителем тяжелой формы рака, поскольку отрицает собственные страдания. Презрительно относясь к страданиям, которые люди причиняют сами себе, он держится с высоко поднятой головой и невозмутимо отзывается о собственных страданиях как о нормальной жизни, которой и полагается быть трудной. Высказывания в том духе, что *трудности для того и созданы, чтобы их преодолеть*, выражают жизненный принцип человека, отлитого из платины, и чем *самоуверенней* они произносятся, тем скорее развивается злокачественная опухоль, отражающая данный принцип. **Самоуверенность – тяжкий стресс.**

Воспитание личности возвращает гордыню и подавляет личность. У каждого человека есть нечто, что возвышает его над другими. Если это качество расхваливают, оно усиливается, но также усиливаются недостатки. Усугубляется неуравновешенность. Например, если излишне восхвалять красоту ребенка, наряжать его, завивать волосы и растить ребенка на продажу всему свету, то у него блекнет внутренняя красота, она же рассудительность. Возможно, он будет вкушать удовольствие и радость, но не счастье.

Каким образом действует на ребенка похвала, заметно уже с малых лет. Понаблюдайте за маленькими детьми. Похвалишь малыша, дескать, ты такой красивый, и он распускает хвост, словно павлин, начинает выкаблучиваться, стараясь привлечь к себе еще больше внимания. Такого ребенка следует не хвалить, а поддерживать признанием его успехов. Если Вы на это не способны, то чем чаще Вы хвалите его ни за что, тем меньше он начинает *соображать своей маленькой головкой*.

Он не может без похвалы. Позабудете его похвалить, и он оскорбляется до глубины души, и нельзя с уверенностью сказать, что его «эго» когда-нибудь Вам это простит. Если Ваш ребенок из таких, у него всегда найдется повод упрекнуть Вас в том, что Вы его не любите. Точно такого же восхищенного внимания он требует и от окружающих и, если не слышит похвалы, может впасть в истерику. Либо заработать мигрень, что является скрытым признаком истеричности. **Мигрень является признаком интеллигентской истеричности, образованной агрессивности, беспомощного гнева.** Это – гнев разума, который не желает признавать своих потребностей.

Бывают разные виды **головной боли**. Все они связаны со страхом, что меня не полюбят таким, какой я есть, с желанием стать лучше, с горделивостью, с чувством долга — со всем, что должно.

В большинстве случаев головная боль начинается с чувства напряжения в затылке. **Напряжение в затылке** тем сильнее, чем сильнее рассудочная воля. **Рассудочная воля** является собой такой вид желания, которое человек должен желать, поскольку этого желают другие, а не желание, которое человек сам желает. Головная боль — это естественное продолжение сознательного насилия, совершаемого над собственным разумом.

Иной ребенок смотрит с серьезным видом в глаза тому, кто его похвалил, словно спрашивая: «Что же в этом было такого особенного?» Если Вы считаете, что похвала на него не действует, можете ошибиться. Действует, если ее превращают в стиль жизни. Западный стиль жизни считает похвалу правильным методом воспитания, а вызывающую манеру поведения — открытостью в общении и основой саморекламы для успешного ведения бизнеса. Как может похвала при этом не подействовать? Другое дело, что она может вызвать обратный эффект. Например, начинаете кого-то нахваливать, мол, какой ты благоразумный, и вскоре благоразумности как не бывало. В лучшем случае от зубрежки у него едет крыша, а в худшем он забрасывает учебу, ибо незачем и стараться, если не слышишь ежеминутной похвалы.

С возрастом ребенок уже не ждет похвалы, а начинает ее вымогать. «Разве я не хорош? Разве я недостойн похвалы?» — спрашивает он в шутку либо же с оттенком трагичности или угрозы, и окружающие спешат подтвердить — да, хорош, да, достоин — ибо в противном случае невозможно будет ликвидировать последствия, к которым приводит оскорбленное самолюбие. Тем самым желание быть лучше других перерастает в знание, что я — лучше других.

Кто стесняется вымогать похвалу напрямую, тот старается выделиться на общем фоне, чтобы затем услышать похвалу. Один прихорашивается, чтобы стать красивее всех. Другой берется за книги, чтобы стать всех умнее. Третий ударяется в спорт, чтобы стать всех сильнее. Четвертый трудится не покладая рук, чтобы снискать репутацию самого трудолюбивого. Пятый старательно слушает других, чтобы стать образцом послушания. Шестой жертвует собой, чтобы о нем отзывались как о благороднейшем человеке. Седьмой совершает безрассудно-смелые поступки, чтобы прослыть самым смелым. Восьмой оттачивает сноровку, чтобы прослыть самым ловким.

Ну разве не трагедия, если после всех его стараний на пьедестал почета возносят кого-то другого! Ничего худшего нельзя было и вообразить. Жуткая трагедия. Если нечто подобное случается в ходе спортивных состязаний, зрители проявляют понимание и не обижаются, но если в повседневной жизни человек вдруг ведет себя так, словно лишился рассудка, люди не понимают, в чем дело, и обижаются.

Чем сильнее желание что-то собой представлять, т. е. завоевать авторитет, тем вероятнее, что после любого малейшего усилия человек делает вывод, что он уже стал что-то собой представлять. Его моментально охватывает гордость, и он считает само собой разумеющимся, что теперь его все знают. Если оказывается, что не все, он обижается и не скрывает обиды. А еще больше обижается, буквально кипит от возмущения, когда выясняется, что кто-то проявляет интерес к его скрытой стороне. Коротко говоря: **горделивый человек желает, чтобы его знали, но не желает, чтобы про него что-то знали**. Эти желания друг другу противоречат. В любом случае человек обижается. Он желает, чтобы люди видели его достоинства, и не желает, чтобы знали про его недостатки. Так не бывает. Нам всем следовало бы поменьше держаться за гордыню, ибо от этого зависит чистота нашей душевной жизни.

**Уравновешенный человек умеет приноравливаться к ситуации.** Он не запрещает ни себе, ни другим проявлять стресс, вызванный данной ситуацией. Иными словами, он не вынуждает себя жить с оглядкой на других и не вынуждает других жить с оглядкой на него. **Неуравновешенному человеку приходится свыкаться с ситуацией. Если не свыкается, ему приходится страдать.**

Кто заставляет себя свыкнуться с обстоятельствами, тот заставляет и окружающих. Так возникает рутинный образ жизни, при котором не появляется и мысли о том, чтобы изменить существующий порядок вещей. О том, что можно жить и без страданий. Если вдруг появляется человек, который привносит новшества в рутину, то первым против него восстает тот, кто более всего страдает из-за рутины. Страдает потому, что сильнее всех за нее цепляется. Отстаивая укоренившиеся привычки, а значит, не позволяя жизни идти своим ходом, он считает естественным, что достоин похвалы за столь героический поступок.

**Человек нуждается в признании, но если он начинает желать этого, ему достается похвала.**

Похвала – это негативность коварного свойства, другой гранью которой является порицание. **Порицание** превращает человека в тряпку. Сумеет ли тряпка вновь стать человеком, это зависит от того, жалеет ли он себя или нет. **Жалость к себе делает человека слабым, а слабость, в свою очередь, превращается в бессилие.** Если нет похвалы, то нет и порицания, а значит, нет и эмоций, которые нас то радуют, то огорчают. Мы обретаем душевный покой, позволяющий нам развиваться как людям.

Гордость – это тяжелейшая из энергий, которую люди способны воспринимать, и ее возрастание ведет к труднейшим испытаниям. Что это значит? А то, что гордость истребляет способность мыслить – важнейший человеческий признак, и человек, по мере роста гордости, все более превращается в животное, которое пребывает в постоянной деятельности.

Например, если Вам говорят прямо в глаза, что Вы – жадина каких поискать, гребущий все под себя и ничего не оставляющий ближнему, то Вы, разумеется, возмущаетесь, однако тут же начинаете оправдываться, дескать, это не так. Собеседник нанес удар в уязвимое место, обвинив Вас в **жадности корыстолюбии**, и Вы принимаетесь думать, как себя защитить. Напоминаете собеседнику про случаи, когда по Вашей инициативе то или иное благо доставалось другим, тогда как Вам перепадали жалкие крохи. Как бы то ни было, у Вас сохраняется способность мыслить, с помощью которой логически выстраиваете свои доводы. Если же Вам говорят: «Ах, вот оно что, хочешь быть лучше всех! Так знай, что ты всех хуже!» — то задевается Ваша гордость. После такой обиды первое, что вылетает из Вашей головушки, – это способность соображать, и остается лишь безрассудная жажда мести. Вы ведете себя, точно собака, которой заехали сапогом по морде и которая, если не очокурится, бросается, невзирая на боль, – на кого? – на сапог, разумеется. Собственно обидчика она не способна увидеть, ибо видит только сапог.

Иной раз о человеке говорят, что у него на лице написана гордость. Что это значит? А то, что гордость человека сравнима с его носом. Слова, которыми Вы характеризуете свой нос, подходят также для характеристики Вашей гордости. О спинке носа, т. е. решетчатой кости, мы уже говорили. Рассмотрим иные признаки:

большой нос – **большая гордость**,

маленький нос — **маленькая гордость**,

короткий нос – **гордость с короткой злостью**,

длинный нос – **гордость с долгой злостью**,

курносый нос, нос кнопкой – **легко обижающаяся, заносчивая гордость**,

нос с горбинкой – **гордость, защищающая себя, однако и атакующая других**,

кривой нос – *смутная гордость*,  
широкий нос – *гордость земного уровня*,  
тонкий нос — *гордость духовного уровня*,  
раздутые ноздри – *готовность к всплеску гордости*, прижатые ноздри – *состояние обиженности и удрученности*.

Отдельные детали формируют Ваш нос, подобно тому как гордость формирует Ваше поведение.

Сюда же относится все, что я говорила про нос в предыдущих книгах. *За нос водят* того, кто идет на поводу у гордости. *Нос вешает* тот, кто позволяет дурным мыслям истребить надежду. *Нос задирает* тот, кто гордится собственной гордостью. Такой нос провоцирует окружающих по нему щелкнуть. Высвободите свою гордость, тогда люди перестанут обращать внимание на Ваш нос, а Вы – на чужие носы.

Н а *щелчки по носу* каждый реагирует по-своему. Например, если человек из неблагополучной семьи выбивается в люди благодаря старательной учебе и умелой работе и начинает задирать нос, то ему дают по носу, и он съезжает туда, откуда вышел. Если *по носу получает человек из зажиточной семьи, который пробился наверх сам*, он еще больше задирает нос, т. е. возвращает спесивость. Не исключено, что первый найдет забытие в пьяном угаре «на дне» жизни, тогда как второй будет попивать дорогие вина, размышляя, как бы отомстить обидчику, щелкнувшему его по носу. Возможна и обратная ситуация.

Наверняка Вам приходилось оценивать собственный или чужой нос и делать выводы. Верные ли, это уже другой вопрос. Выше я говорила о том, что *нос выражает неприкрытую гордость*. Потаенная же гордость, определяющая природу гордости, проявляется совершенно иначе. **Форма носа, таким образом, характеризует гордость Ваших предков, т. е. гордость материального прошлого.** Если она Вам не по душе и своего отрицательного отношения Вы не меняете, то начинаете преобразовывать свою жизнь в прямо противоположную, и в следующей жизни Вам достается нос прямо противоположной пропорции. Нос – это маленькая часть тела. В себя вмещает немного. Вся остальная гордость – стыд и постыдные обиды – копится в теле. Неусвоенные уроки из предыдущих жизней, или *неумение расти над собой*, накапливаются в теле и воздействуют посредством поджелудочной железы. **Поджелудочная железа является органом, соотносящимся с личностью человека.** При воспитании личности преумножается гордость, покуда не заболевает поджелудочная железа.

**Процесс воспитания личности основан на приказах и запретах. Запреты действуют отрицательно на клетки поджелудочной железы, вырабатывающие инсулин, и через них нарушают обмен сахара во всем теле.** Нарушают прямо и безжалостно, словно пули, поражающие мишень. Кто не разрешает, тот запрещает. Запрещать можно все: духовное, душевное и физическое; можно запрещать думать и не думать, говорить и не говорить, делать и не делать, вести себя так или иначе; можно запрещать приходить, уходить, глядеть, видеть, обонять, чують, осязать, разуметь и понимать. Можно запрещать приказывать, и можно запрещать запреты. Можно запрещать себе и другим все что угодно.

Если человек *стремится любой ценой доказать, что он – личность*, то он обязывает себя быть одновременно повсюду и делать всем лишь добро. Чем больше усердия он проявляет и чем больше его хвалят, тем больше от него ожидают, поскольку без него люди как без рук. Превратившись в семижильную рабочую лошадь, движимую и питаемую похвалой, и гордясь до небес собственной незаменимостью, человек не замечает начавшегося у него **рака поджелудочной железы**. Возникшая боль тем сильнее, чем сильнее был страх обнаружить неудовлетворенность, которую ему приходилось молча переносить, делая вид, что он не боится. Человеку осточертело быть рабом окружающих, и вся его неудовлетворенность извергается

наружу вулканом боли. **Рак поджелудочной железы указывает на то, что личность полностью раздавлена, посрамлена, сведена на нет.**

Если человек является личностью, он не подчиняется приказам и запретам. Рассудительный человек *позволяет* себе все, задаваясь только одним вопросом: «*Нужно ли мне это?*» Если не нужно, это не означает запрета, а лишь то, что *в этом попросту нет необходимости*. Человек позволил бы себе это, но, поскольку потребно нечто иное, он позволяет себе иное. Если не хватает денег, это значит, что можно обойтись и без дорогостоящей вещи. Сгодится и вещь подешевле. Человек опять-таки не запрещает себе, а позволяет то, что целесообразно. Носителей, т. е. заменителей, той же энергии предостаточно на любой вкус и на любом уровне – духовном, душевном и физическом. Личности не наносит урона все то хорошее и плохое, что есть на свете. Все сущее необходимо для развития личности. И даже наихудшее из зол. Нередки случаи, когда человек становится святым после совершенного им убийства. Ступенчатое осознание содеянного являет собой процесс превращения в святого. Преклоняясь перед святым, о прошлом которого нам неизвестно, мы бываем поражены, когда узнаем о его прошлом, и тут же поражаемся тому, что наше отношение к святому не изменилось. Почему? Потому что чувство говорит, что он не преступник. Он – святой, непорочный человек, личность, которая способна лучше всех других наставлять в том, что означает «не убий!».

Гордость жаждет всего лучшего и автоматически обижается, если не получает желаемого. Она считает себя вправе иметь то, чего желает. Гордость не станет ничего отбирать, она жаждет, чтобы ей преподнесли. **Негативная сторона гордости** состоит в том, что она не позволяет делать зло. Немало таких людей, о которых можно сказать, что их гордость не позволяет им допускать подобного свинства. В итоге поиски виновного надолго затягиваются, пока не выясняется, что виноват именно такой человек. Как так? Тем временем гордость человека успевает перерасти в спесивость. Спесивость готова себя растерзать, если ему что-то не достается.

Гордость ждет, чтобы с ней поделились. **Гордость желает получить.**

Спесивость берет сама. **Спесивость должна получить. Любой ценой.**

Гордость обличает других и обижается, когда остается с пустыми руками.

Спесивость обличает себя и обижается на себя, если не получается отобрать у других. Если гордость сильнее спесивости, то человек не ворует сам, однако обижается на то, что воруют другие, а он не способен. **Гордость запрещает, спесивость приказывает.** Если спесивость перехлестывает гордость, то человек ворует и возмущается тем, что никто не приглядывает за своим имуществом, попустительствуя воровству. Таковы его самооправдание и самозащита.

Гордость и спесивость правы всегда и во всем. За примерами далеко ходить не надо. Поглядите на собственную гордость и высокомерие, и Вы все поймете. Если Вы вздумаете отрицать собственную гордость и высокомерие (спесивость), они вырастут в размерах, с тем чтобы в следующий раз Вы не могли бы не обратить на них внимания.

...

*Кто воспринимает все обиды как личные, у того после того, как насморк прошел, обиды оседают в первую очередь в поджелудочной железе. Те обиды, которые человеком не воспринимаются как сугубо личные, оседают в теле. Чем больше благих желаний, которым не суждено сбыться, тем больше число обид и тем объемнее их скопление в теле. **При посредничестве поджелудочной железы все обиды превращаются в жировую ткань.***

Чем больше сбывается благих желаний, тем больше гордость человека. С той минуты, когда человек начинает считать себя хорошим человеком с учетом своих благих желаний и их

успешной реализации, его гордость трансформируется в высокомерие. **Уверенность в том, что я – хороший человек, является чистой воды эгоизмом, оно же высокомерие.**

Внешняя гордость важна для Вашей внешней привлекательности, а внутренняя гордость важна для Вашей внутренней красоты, для человеческой сути. Чем она больше, тем некрасивее этот красивый человек. Она может разрастись настолько, что человек превращается в животное. Мелкое животное зачастую получает от маленького человека щелчок по носу, чтобы знало свое место и не делалось большим. К большому животному отношение куда опасливее – даже большой человек не посмеет щелкнуть его по носу, чтобы не спровоцировать жестокую схватку с непредсказуемыми последствиями, поэтому приходится мириться с соседством друг друга. Пристально следить друг за другом, издавать рычание, иной раз даже оскаливаться, но тем не менее мириться. Кто первым дает слабину, с тем расправляются. *Борьба за выживание, свойственная животному миру, и животная борьба за выживание, свойственная людской гордости, – по сути одно и то же.*

**Человек, который не стыдится быть гордым, становится сильным мира сего.**

У ребенка гордость начинает расти от мудрого наставления взрослых, дескать, *нужно быть выше всяких проблем.* Любой ребенок уже знает, что ничего не надо бояться. Когда он подрастает, ему внушают, что нужно быть выше страха. Ребенок старается и преодолевает страх. Теперь он смелый и пытается быть выше животного. И это тоже ему удается. Он смелеет все больше и затем уже желает возвыситься над людьми. Для начала своей жертвой он избирает человека маленького, слабого, глупого. Если тот позволяет возвыситься над собой, у человека возникает желание попробовать возвыситься над теми, кто побольше, посильнее и поумнее. Если и теперь его не щелкают по носу, он укрепляется в чувстве собственного превосходства. С каждым разом ему хочется перещеголять все большее число людей, занять над ними *начальствующее* положение. Если и это достигается им без особых усилий, он уже относится к окружающим *свысока*. **Это значит – он сознает, что возвышается над другими.**

Наивысший вид превосходства, который вообще можно испытывать, — это **превосходство над самим собой**, оно же **высокомерие**, оно же **эгоизм**.

Превосходство над самим собой перерастает в превосходство над другими. Что означает – превосходить самого себя? Это значит подавлять собственные потребности из желания утвердиться в собственных глазах. Чтобы затем утвердиться в глазах окружающих.

Гордость – это желание быть выше, а значит, лучше других. **Высокомерие, или эгоизм, – это знание, что я выше и лучше других.**

Современному человеку данная энергия более известна под названием эгоизм. *Известна, но он в ней не разбирается.* Вместе с тем это – энергия, которую следовало бы изучить доскональнее иных, ибо именно она мешает нам становиться людьми и людьми оставаться.

Кто стремится гордиться собой, тот вступает на путь несчастий. Пока он лишь *желает*, он старается куда-то выбиться или чего-то добиться. Он пребывает пока еще в движении. Если желаемое достигается и если оно составляет единственную цель в жизни, кроме которой человек больше ни о чем не помышляет, его жизнь ставится под угрозу. Кто решил про себя, что он все равно уже не способен достигнуть чего-либо большего, тот не станет утруждать свою голову, даже если от этого зависит его жизнь. Пожить он не прочь и вполне еще мог бы, страдать же ему не хочется, и если ему не возвращают здоровья, то и не надо. Так возникает превосходство над жизнью, или **недоброжелательность по отношению к жизни, именуемая эгоизмом.**

Подобный человек ставит на своей жизни крест тем, что *достигает конечной цели.* При

этом он кое-кого кое в чем превзошел, и *испытать торжество победителя* —предел его желаний. Тем самым он мстит всем, кто унижал его с детских лет. Внешне это скорее всего остается не замеченным людьми, поскольку человек стремится к этому для *успокоения собственной души*. Ему удается сделать так, что для самого себя и для окружающих он продолжает оставаться человеком честным, интеллигентным и уважаемым. Точно так же – честно, интеллигентно, вызывая уважение – он заболевает раком и умирает. Если человек **всем своим существом стремится к одной-единственной цели – доказать, что он в чем-то лучше других**, то он умирает, и нет такой силы, которая могла бы помешать этому. Если же у него имеется еще одна цель и она для него важнее, чем желание доказать свое превосходство, то человек в состоянии излечиться даже от рака. **Потребность самоутвердиться в том, что важнее всего, находит выход из любой сколь угодно трудной ситуации.**

Гордость проявляется в *заносчивости*, которая не может не *выставлять напоказ* свое превосходство. Она не может иначе. Если Вы боитесь чужой заносчивости, Вы обязательно попадаете в ситуацию, когда на Ваших глазах кто-то становится объектом чьей-то заносчивости. Даже если Вы решаете не выходить из комнаты во избежание подобных сцен, Вам в руки попадает газета либо книга с описанием заносчивого поведения. Если Вы швыряете чтиво в угол и принимаетесь для успокоения души смотреть телевизор, то Вам не избежать эпизодов, где заносчивость цветет пышным цветом. Если к заносчивости Вы относитесь с ненавистью, быть Вам мишенью чужой заносчивости. У всех нас гордости больше, чем нужно, но выражаем мы ее каждый по-разному, в зависимости от уровня развития. Гордость отделена от заносчивости тончайшей перегородкой. Мы даже не замечаем того, как гордость перерастает в заносчивость. Это определяется поступками.

<p>Гордость, свойственная низкому уровню развития, стремится к <u>физическому превосходству</u> над животным либо человеком.</p>	<p>Высокомерие, свойственное низкому уровню развития = эгоизм, стремится к <u>физической победе</u> над животным либо человеком, чтобы подчинить его себе физически.</p>
<p>Гордость, свойственная более высокому уровню развития, стремится <u>превзойти</u> человека духовно.</p>	<p>Высокомерие, свойственное более высокому уровню развития, стремится <u>победить</u> другого человека <u>духовно</u>, чтобы подчинить его себе духовно.</p>

Напоминаю: у всех нас имеются в наличии все уровни и все стрессы. Определяющей оказывается энергия, преобладающая в данный момент, т. е. та, которая сильнее других.

Гордость стремится вознести себя, тогда как высокомерие старается принизить других, чтобы сохранить свое положение. Высокомерие является самым главным тормозом развития человека. **Больше всего тормозит развитие человека его собственный эгоизм.** Кто принимается очернять и принижать ближних ради того, чтобы сохранить свое положение, тот перестает двигаться вперед. Его энергия тратится на жизненную борьбу. Каковы Ваши гордость и высокомерие? Если Вы обнаружили, что в Вас есть гордость и высокомерие, свойственные как низкому, так и более высокому уровню развития, то это правда. Любуясь животными в зоопарке либо потребляя мясную пищу, мы не задумываемся над тем, что это значит. Убийство животного есть подчинение его себе. То же относится к потреблению в пищу его мяса. **Признак низкого уровня развития – это желание силой утвердить свое право.** Будь то хоть сила закона, к

которой в наше время прибегают для сглаживания малейших разногласий. Так что судите сами, сколь велики Ваши низменные, вульгарные гордость и высокомерие.

**Гордость, свойственная высокому уровню развития**, делает все, чтобы человек мог проявить свое превосходство над окружающими. Она бывает двух видов. **Первый** старается унижить ближнего либо превознести себя. Она выражается словами: «*Я человек умный и работающий, потому и богатый*» – и недоговаривает, мол, сам пораскинь мозгами, отчего ты такой бедный. **Второй** вид гордости говорит: «*Ты ленив и глуп, потому и беден*» – и надеется на то, что все понимают, почему он богат.

У эстонцев носы маленькие, за редкими исключениями. Это значит, что эстонцам свойственна малая гордость, проявляющаяся внешне, поскольку эстонцы считают, что Эстония – страна бедная и что нам нечем гордиться. А гордиться ох как хочется! Желание быть хоть немного лучше других, хоть в чем-то, лишает последней крупинки разума и заставляет человека делать то, из-за чего задним числом ему будет за себя стыдно.

Хотя гордость всегда считалась отрицательным качеством, в каждом человеке живет желание чем-то **выделиться** среди остальных. «*Разве я не могу гордиться собственными успехами!*» —протестуем мы пусть даже только в душе, когда кто-то пытается объяснить, что гордость – это плохо. Если успехами гордится кто-то из ближних, это сразу бросается в глаза тому, кто тоже хотел бы погордиться, и потому его частенько поддразнивают: «*Ты бы тоже погордился, если было бы чем, только вот нечем!*»

Если кто-то похваляется перед Вами своей внешностью либо красивыми вещами, своим умом либо подтверждающими его наличие дипломами, своим незаслуженным богатством, – как Вы отнесетесь к этому? Как тут можно отнестись? Стыскиваете зубы, задираете нос и стараетесь быть выше всего этого. *Стараетесь быть выше из гордости.* Задирая нос, Вы задираете и подбородок. **Подбородок является выразителем высокомерия.** Слова, которыми Вы характеризуете особенности своего подбородка, выражают в равной мере особенности Вашего высокомерия, а значит, эгоизма.

Подбородок у эстонцев весьма красноречив, поэтому он им мешает даже там, где не должен бы мешать. Потому-то всякий раз, когда сильные мира сего сходятся в драке, эстонцу неизменно заезжают по подбородку. Даже тогда, когда он идет совсем иной дорогой и знать не знает, что на соседней улице кипит драка. Тем самым жизнь учит нас тому, что пора **перестать похваляться своими страданиями**, иначе придется вдобавок к 700-летнему рабству, которым мы превыше всего гордимся, пребывать в рабстве еще 700 лет. Нация не выдержит столь длительного срока. **Похваляться своим рабством, ненавидя его, способен лишь эгоизм**, он же высокомерие.

Одним из признаков эгоизма является **мешочек под подбородком**. Чем больше его размеры, тем больше у человека имеется знаний, которыми ему не с кем поделиться. Невысказанные умные, веские слова оседают грузом под подбородком. Чем сильнее чувство безысходности из-за того, что знания и впредь окажутся не востребуемыми, тем более дряблым делается второй подбородок. **Дряблый второй подбородок** выражает *разочарование из-за нежелания людей приобрести знания.* Воспаление лимфатических сосудов и узлов, расположенных в подбородочной области, и сопутствующие ему опухоль и сильнейшая боль, что чаще всего наблюдается у детей, происходят в том случае, если ребенок обязан говорить то, что от него требуется, и не говорить того, что знает. Это воспаление начинается как воспаление подъязычных лимфатических узлов. Когда ребенка охватывает отчаяние, потому что он перестал понимать, что к чему, и уже не осмеливается раскрыть рта, в тот же миг возникает воспаление, которое как раз из-за боли и не позволяет ребенку разговаривать. Теперь уже разговаривать не нужно. Недуг разрешил ситуацию, казавшуюся неразрешимой.

**Высокомерие, оно же себялюбие, оно же эгоизм, являет собой пик гордости.** Когда Вам неожиданно бросают в лицо обвинение: *«Вы слишком возгордились»*, что Вы при этом ощущаете? Способны ли Вы стерпеть подобное оскорбление? Наверное, способны, хотя в первый момент Вас, вероятно, охватывает уныние либо слепая ярость. Вы тотчас же принимаетесь мстить либо начинаете размышлять, *как это сделать так, чтобы не опозориться самому.* Когда же способность мыслить восстанавливается, Вы все же признаете – да, было дело. Есть прекрасные мгновения, которые приятно вспоминать, а вдвойне приятно, если они связаны с тем, что кое-кому из близких пришлось несладко. Радость возмездия принято причислять к хорошим воспоминаниям.

Теперь представьте себе, что Вам говорят: *«Ты – эгоист»*. Что Вы испытываете? Вероятно, ощущаете в душе холодное ожесточение и суровое осознание: *«Этого я тебе не прощу никогда»*. На словах можете простить, если ближний попросит прощения, но при новой с ним встрече у Вас начинает ныть старая рана. *Это значит, что в глубине души Вы так и не простили.* Хотя Вы и понимаете, что простить должно и нужно, однако не в состоянии этого сделать. На людях изображаете радость и не понимаете, отчего наедине с собой скорбно поджимаете губы.

Когда я стала знакомить людей с теорией прощения, то попала в затруднительное положение, обнаружив, что в связи с публикацией моих первых книг образовался целый лагерь яростных противников, скандировавших: *«Никакого прощения злу. Зло должно быть наказано! Хотя бы в устрашение другим»*. Меня это озадачило. Многие из числа тех, кто пострадал от рук преступников, с благодарностью ухватились за прощение, увидев в нем шанс. Те же, кто придерживался противоположного мнения, атаковали, как ни странно, меня. Я пыталась понять, откуда у них такие мысли.

Затем ко мне потянулись пациенты, у которых возник конфликт с самими собой и которые сетовали на то, что они неспособны прощать. В некоторых случаях непощение было связано, к примеру, с убийством близкого человека и объяснялось трагичностью произошедшего. Другие ничем не могли это объяснить. Они испытывали отчаяние *из-за своей немилосердности*, не позволявшей любить ближнего. Это было их проблемой. Я поняла, что им мешает некий стресс. Когда я его выявила, многие были буквально потрясены, узнав, что в них сидит **эгоизм, который не позволяет прощать.** Презирая эгоистов больше всего на свете, они отождествляли эгоизм с эгоистами и тем самым превратили себя в эгоистов. Вероятно, Вы понимаете, сколь трудно объяснить человеку, получившему удар по голове, значение и смысл этого удара. Благодаря раковым больным я смогла постичь сущность эгоизма и причины его возникновения. **Всем раковым больным без исключения свойственно огромное желание быть идеальными людьми.** Они занимаются самовоспитанием и позволяют себя воспитывать другим людям, чтобы – и это главное – их считали прекрасными людьми. Желание, чтобы меня считали человеком, есть страх, как бы меня не перестали считать человеком. Живя с таким страхом, человек все больше начинает убеждаться в том, что за человека его и не считают и потому ему надо исправляться. Такие люди боятся и ненавидят унижение. *Если кто-то ведет себя высокомерно, они воспринимают это как издевательство лично над собой.* Чем сильнее эти люди желают быть хорошими людьми, тем больше они гордятся тем, что способны, стиснув зубы, сносить подобное издевательство. Им хочется отплатить обидчику той же монетой, но они не смеют, не могут, мешают обстоятельства, не позволяют гордость, образованность, наконец, сил не хватает. Ни одного из вышеперечисленных факторов они не признают, потому что признание было бы постыдно.

Человек сам выдумывает для себя проблемы. **Потенциальным раковым больным является тот, кто считает себя плохим, однако любой ценой старается скрыть этот**

**позор.** Это значит, что он *твердо знает*, что он плохой. Такое знание присутствует у ребенка, выслушивающего всю свою сознательную жизнь одни порицания и оценивающего себя соответствующим образом. Поскольку у него есть *чувство*, что он не хуже других, он начинает доказывать свою правду. Никому ведь не хочется быть плохим. **Нельзя доказать истину, но можно доказать правду.** Мобилизуя себя, мы можем постоянно доказывать свои положительные качества.

**Самоутверждение ждет похвалы.** Всякий раз, когда не звучит похвала, у человека возникает страх, что он недостаточно хорош. Это оскорбляет – ведь человек выложил все лучшее, что у него есть. Сравнивая себя с другими, он видит, что те ничуть не лучше его, но его считают плохим. Это его унижает. В итоге максимальной концентрации усилий он рано или поздно осознает, что подняться выше ему не дано. Страх – что теперь будет? – способен лишить разума. Злость на собственное бессилие и беспомощность может возникнуть как из-за того, что человек неспособен изменить себя, так и из-за того, что он не в состоянии изменить окружающих. *В миг отчаяния начинается процесс развития рака.*

**Чем масштабнее у человека комплекс неполноценности, тем больше ему приходится прилагать усилий, чтобы стать лучше других. Тем больше в нем нагнетается стрессов, чреватых опасностью заболеть раком либо лишиться разума.**

На первых порах самовоспитание приносит свои плоды, и человек становится добрее, умнее, интеллигентнее, воспитанней. Как только это происходит, человек тотчас же начинает считать себя хорошим. Усердствуя в самовоспитании, человек достигает черты, за которой следует спад. Выясняется, что таким, каким он стал, он никому не нужен. Если раньше он *знал* про себя, что он хуже других, то теперь он *чувствует*, что его считают хуже других – ну разве это не издевательство над ним, человеком знающим, эрудированным, интеллигентным. Приходится терпеть стиснув зубы. Видя, что людям поглупее везет больше, он смотрит на них свысока и никак не поймет, отчего тяжелая болезнь выпадает на долю человека, который и так настрадался больше других.

*Кто боится чужих издевательств, над тем непременно будут издеваться, и энергия издевательства будет разрастаться, пока человеку это не осточертеет.* В момент отчаяния она выплескивается наружу, и человек начинает издеваться над другими. Он становится плохим человеком. Кто успевает в последний миг одуматься и подавляет в себе желание отплатить обидчикам той же монетой, тот человек хороший, но вот болезнь у него плохая. **Чем человек лучше, тем хуже у него болезнь, которая уравнивает внешнюю положительность.** Нам всем нужно научиться разбираться в своих гордости и высокомерии. Будучи уверенными в собственной положительности, мы даже не подозреваем о том, что **уже одно знание, что я – хороший человек, есть высокомерие, или эгоизм.** Этот *сидящий в нас хороший человек* считает себя вправе требовать исполнения своих желаний. Откуда это все берется и нужно ли оно, до этого нашему высокомерию дела нет. Дискуссия на данную тему неизменно сводится к тому, что у плохих есть все, а хорошим приходится довольствоваться крохами. Не имеет значения, каков при этом у хорошего человека уровень развития. Хорошие люди мыслят одинаково. Своей гордости, высокомерия и завистливости они не признают.

*Эгоистами мы становимся незаметно для себя и сами того не желая.* Эгоист, который не желает быть эгоистом и, возможно, эгоистов ненавидит, даже не подозревает о том, что и в нем самом сидит эгоизм. Сам того не понимая, он ненавидит сам себя. Если кто-то оказывается не в силах терпеть его эгоизм и заявляет ему об этом в глаза, то он не сможет простить говорящему, даже если того захочет. Даже если это крайне необходимо – например, если он заболевает раком. При этом он остается в собственных глазах хорошим человеком, страдающим из-за собственной положительности. И в этом он прав.

О сущности гордости и высокомерия я рассказываю Вам столь подробно потому, что краткой речи пациенты не понимают. Когда я впервые прочувствовала эти энергии и занялась их рассмотрением, то поняла следующее: **высокомерие ракового больного, оно же эгоизм, является собой похваление собственными страданиями.** Осознание этого произвело бы эффект разряда молнии, освежающего воздух.

Как водится, человек в первую очередь думает о себе. Своим единственным истинным достоинством я с детства считала лошадиное терпение, ибо привыкла к тому, что меня принижали сначала взрослые, а потом и я сама, уже сознательно. Этим своим качеством я безмерно гордилась. Осознав свое заблуждение, я ощутила огромный спад напряжения. Мне и прежде доводилось испытывать потрясение, когда я докапывалась до сути того или иного стресса, но данное открытие я восприняла как великий подарок. На меня как будто снизошел великий покой. Понимание того, что я с детства подготавливала благодатную почву для рака и этим гордилась, будучи пропущенным через сознание, даровало мне душевный покой. Осознание своего эгоизма и уяснение его сути в совокупности означает постижение одного аспекта самого себя.

Другое дело, что я никогда не кичилась своим терпением перед окружающими. С этой точки зрения я была человеком хорошим и интеллигентным. Но я не могу сказать, что этим передо мной не кичились другие люди. Вероятно, каждый человек бывал раздражен чужими высказываниями, произнесенными с демонстративной подковыркой: *«Ну уж таких возможностей, как у богатых, у меня нет... Уж моя-то глупая головушка в таких умных делах не разбирается... Вам-то что, вы ведь все такие трудолюбивые».* Произносится это на разный манер: тоном жалеющего себя страдальца, тоном демонстративного безразличия и т. д.

Народ подразделяет людей на две категории:

гордых, которым есть чем гордиться, и гордых, которым нечем гордиться.

Гордость, свойственная людям первой категории, может со временем вырасти до безрассудства, но поскольку она является величиной растущей, то может и не подвергать ее владельца осознанным страданиям. У людей второй категории гордость быстро перерастает в высокомерие и оборачивается для них тяжкими страданиями. Первую **группу характеризует решительное, демонстративное, великодушное прощение, являющееся на деле лишь пустым звуком.** Вторую группу характеризует **откровенное непростение.**

Эгоизм не позволяет прощать, ибо считает себя лучше других. *Единственный грех на свете – это грех непростения.* То, что считается грехом на протяжении 2000 лет и чем держат людей в страхе, это что-то иное. Страхом перед грехом – а грехом объявляются все естественные проявления жизни – можно вынудить человека к чему угодно, и он будет делать то, что велено. Главное – избавиться от душевных мук. Он будет послушным орудием, поскольку душевные терзания из-за собственной греховности страшнее любых иных страданий. Церковь учит грешника, точно нищего, вымаливать прощение, но не учит даровать прощение. Не учит быть человеком. *Знание, что я грешен, автоматически делает из человека страдальца, т. е. эгоиста.* **Распознавая в себе эгоизм, человек предупреждает возникновение у него ракового заболевания.**

Косвенным образом все стрессы суммируются в страдания. Страдающий человек знает, что ему выпали страдания, виновником которых является кто угодно, но только не он сам. Знание, что я, хороший человек, вынужден страдать из-за других, не дает ему покоя ни днем, ни ночью. Знание, что так есть и так будет, накладывает окончательную печать на его лицо.

Чем с большим героизмом Вы терпите свои страдания, тем красноречивее делается **маска страдальца.** Поглядите на себя и поглядите на своих близких, и Вы заметите, что с каждым годом Вы все меньше откровенничаете между собой и что губы у Вас становятся все тоньше.

Пухлые чувственно-призывные губы нравятся всем. Губы в ниточку не нравятся никому, поэтому их и подрисовывают, но это уже не то. Подрисовыванием невозможно скрыть *сущность* аристократизма, она же голубая кровь, как символ высокомерия.

На страдания, переносимые со стиснутыми зубами, указывают также **широкие скулы с сильно развитыми желваками, болевые ощущения в челюстном суставе и растущие вкривь и вкось зубы.** Все это свидетельствует о страданиях, перенесенных еще в материнской утробе. **Опущенные книзу уголки рта** говорят о том, что **человек презирает эгоизм и эгоистов.** Тем самым презирает страдания. Поскольку презрение – это самый тихий и скрытый вид эгоизма, тихая непримиримая злоба ко всему плохому, оно вызывает и наиболее коварно протекающую форму рака.

Гордость рождает зависть. **Чем выше гордость, тем сильнее зависть.** Гордость разрушает то, чему завидуют. Можно завидовать красоте и красивым вещам. Их можно уничтожить. Можно завидовать богатству и ценным вещам. И их тоже можно уничтожить. Можно завидовать уму и образованности. Чтобы их уничтожить, нужно лишить их владельца жизни. И это случалось не раз. Инквизиция безжалостно истребляла тех, кто в своем развитии выделялся среди общей людской массы – их вырубали, как вырубает строевой лес.

Из истории нам известно про чудовищные испытания, выпадавшие на долю этих великих личностей, про то, как их заковывали в кандалы, сжигали на костре, рубили на куски. Часть из них сумела остаться людьми. Поэтому их имена и вошли в историю. Они остались людьми, потому что нашли в себе силы хотя бы в последний миг простить своим палачам их глупую порожденную гордостью зависть, которая истребляет все, до чего ей не дотянуться.

Во главе истребительных батальонов зависти стоят гордость и высокомерие, поэтому не стоит недооценивать их обоих. С ними нужно считаться. Гордость выражается в носе, и в носу же таится обида. Когда гордость получает щелчок по носу, т. е. когда гордость не получает желаемого, возникает насморк. Гордость может обидеться и от заведомого знания, что все равно ей ничего не перепадет. От этого **трагического знания** человек начинает *хлюпать носом.* **Если по Вашей гордости, то бишь по носу, наносится физический удар,** то ощущается физическая боль.

Если по Вашей гордости, т. е. по носу, наносится душевный удар, то ощущается душевная боль.

Если по Вашей гордости, т. е. по носу, наносится духовный удар, с головой может сделаться так плохо, что появляется страх: кажется, я схожу с ума. *При мысли, что же будет, если это станет известно людям, Вы едва не лишаетесь рассудка.* От этой мысли внутри у Вас все цепенеет, словно умирает. И только холодный озноб в теле говорит о том, что Вы все же живы. Озноб сменяется отчаянием, и в какой-то миг Вы ощущаете нежелание жить. Вспоминая задним числом об этом кошмаре, Вы, возможно, приходите к мысли, что что-то утратилось безвозвратно. Чем тоньше и нежнее были Ваши чувства в момент такого кризиса, тем отчетливее ощущаете, будто некая часть Вашей нежности словно умерла. Вы уже не столь чутки и нежны, как прежде.

Ваши чувства говорят правду: **уязвленная гордость есть стыд, который убивает чувства.** Поэтому прежде, чем начать что-то делать во благо дорогого Вам человека, спросите себя: *«Нужно ли мне это? Нужно ли ему это?»* Если да, делайте, потому что нужно. А не потому, что хочется. С таким отношением к делам Вам никогда не придется испытывать стыд.

**Не существует большего стыда, чем стыд из-за отвергнутой любви.** Он вызывает безрассудную злобу, которая *тем разрушительней, чем меньше возможностей для ее реализации в виде физической мести.* Мы привыкли именовать такую злобу ревностью. **Чем больше, острее и разрушительней ревность, тем выше вероятность того, что ребенок**

## **подобного ревнивца заболевает раком крови – лейкоемией.**

Если Вам наносят удар по носу и при этом ломают носовую кость, происходит повреждение энергетических каналов, связывающих духовное и физическое тело, и Вы можете стать невосприимчивым либо просто крепколобым, но от этого Вы не сойдете с ума. Это значит, что Вы в состоянии ощущать себя человеком и в состоянии развиваться. Удар, нацеленный в душу, вызывает насморк либо заболевания верхнечелюстных пазух, в результате чего происходит сжигание энергии обиды, а также перекрываются энергетические каналы. Духовный удар, а тяжелее всего переносится **унижение молчанием**, может свести с ума, ибо Вы не понимаете, в чем Ваша вина. Вы ведь хотели как лучше. Расторжение брака – по существу, то же самое унижение молчанием – муж и жена отгораживаются друг от друга стеной молчания. Люди, которые проговаривают наболевшее, не расходятся. Молчаливый отпор, презрительная отстраненность, язвительные замечания насчет умственных способностей, ледяная стена молчания – так наказывает ближних человек умный, образованный. У наказанного возникает чувство, будто некая большая холодная рука сжимает его душу, но это еще не самое страшное. Куда страшнее – **страх сойти с ума**. Чтобы избежать подобного удара, высвободите свою *гордость по поводу духовных знаний*, из-за которых считаете себя лучше других.

### **Не будь гордыни, не было бы душевных болезней.**

Иными словами, не будь гордыни, люди не похвалялись бы своими выдающимися качествами и не стремились бы выпячивать свои невидимые, или нематериальные, качества. Т. е. исчез бы повод для чужой зависти, которая истребляет духовные ценности. Если в поле Вашего зрения попадают люди с душевным расстройством, если у Вас в голове временами возникает необъяснимо скверное ощущение, если у Ваших родителей, у прародителей либо у Ваших детей бывали психические расстройства, то высвободите свою гордость, и Вы укрепите не только свое собственное душевное здоровье, но и здоровье Ваших потомков. Вы перестанете стыдиться собственных недостатков, недостатков своих близких, перестанете отчаянно их скрывать, и Ваша душевная боль перестанет представлять интерес в глазах окружающих. Первыми протянут Вам руку помощи те самые люди, которые прежде Вас высмеивали. *Ведь будь Вы для них безразличны, они не обращали бы на Вас внимания и не пытались бы Вас уколоть*. Вы воспринимались бы ими как пустое место, как букашка, через которую переступают, ее не замечая. Если Вы и впредь будете продолжать освобождать свою гордость, Вас несколько не заденет, если произошедшие с Вами перемены будут восприняты ими как их личное достижение. Вы лишь посмеетесь добродушным смехом над их слепотой, и кое-кто из них увидит истинное положение вещей. Тем самым Вы сделаете для них доброе дело.

У каждого человека есть недостатки, которые обычно хочется скрыть от постороннего взгляда. Как правило, это – **физические дефекты, причиняющие душевные страдания**. В детские годы они воспринимаются болезненно, а с возрастом человек перестает придавать им значение, поскольку уже не считает их дефектами. А если все же продолжает считать, то будь он сколь угодно умным, работающим, талантливым, преуспевающим, знаменитым, богатым, – при всякой встрече с кем-нибудь из своего детства на него обрушивается шквал болезненных воспоминаний, которым давно бы пора и утихнуть.

Человек даже не догадывается о том, что сам спровоцировал ближнего на неприятные ему воспоминания, спровоцировал стрессом, который скрывает от самого себя. Человеку кажется, что собеседник над ним издевается. Особенно униженным он ощущает себя, если считает, что сам он никогда никого не унижает. Действительно, не унижает и не издевается, так как боится всяческого унижения. Ни над кем не издевается, только чтобы избежать издевательств над собой. Иначе говоря, *у человека есть цель, во имя которой он что-то делает либо не делает ничего*. Ненавидя издевательства, он навлекает на себя издевательства, которые никто, кроме

него, за таковые не считает. Другим кажется, что они всего лишь пошутили. Своими шутками люди могут довести человека до белого каления, не считая это издевательством. Подтрунивать над глупым ребенком, доводя его до бешенства, – это как бы естественно, но человек, ожидающий уважительного к себе отношения, воспринимает это как издевательство. От него до презрения – один шаг. Кто способен оценить чужую шутку, тот вместе с другими смеется над собственной чувствительностью. Кто шуток не понимает, того охватывает ярость. С подавлением в себе ярости человек начинает испытывать презрение. **Благодатной почвой для презрительного отношения является смертельная серьезность.**

**Если кто-то желает быть лучше своего обидчика, тот культивирует презрительное отношение.** Осуждая издевательства, но не вникая в их причины, люди тем самым прививают ребенку желание нравиться своим умом и интеллигентностью – качествами, *позволяющими не высказывать своего мнения при виде плохого.* Чем больше разрастается **презрение** и чем больше человек в состоянии держаться на расстоянии от пошлой, достойной презрения среды, тем больше времени он проводит в обществе таких же, как он, презрительных людей и тем самым сильнее страдает духовно. И не удивительно – ведь в настоящее время наложено табу на *откровенно презрительное выражение лица с опущенными уголками губ*, из-за чего презрительное отношение компании к себе приходится угадывать за маской сердечной радушности.

Многие люди умирают от рака головного мозга, так и не успев понять, что **сердечность и бессердечие являют собой две грани единого целого.** Сердечное бессердечие убивает мозг как духовно, так и физически. Высвободите как сердечность, так и бессердечность, тогда Вы станете человеком сведущим. **Сведущий человек знает толк в деле и разбирается в его сути.** Издевательств вовсе не так много, как мнится тем, кто их страшится. В роли обидчиков, как правило, выступают, сами того не сознавая, родители, братья и сестры, друзья, знакомые, коллеги. Чужие – реже, потому что мы скрываем от них свои промашки, и, кроме того, чужие не осмеливаются вести себя невежливо. Нередко мишенью шуток становятся **смертельно серьезные люди, которые шуток не понимают.** За их официальностью стоит стремление избежать унижения в виде фамильярности. Попытка вдохнуть в них жизнь оборачивается обидой. А посему, если ребенок в каком-то отношении разительно отличается от других детей, следует его научить видеть положительную сторону своей непохожести и над собой подшучивать.

*Из ребенка смертельно серьезных родителей вырастает смертельно серьезный человек, не понимающий шуток.* Любую шутку он воспринимает как издевательство. В связи с этим хорошо бы всем нам проверить себя на чувство юмора. Если оно имеется, то даже самую серьезную проблему мы сумеем обратить в шутку и жить сразу станет веселее. В меру смешливый человек находит выход из любой ситуации. Если Вы так не умеете, поставьте себя мысленно в самую дурацкую ситуацию и постарайтесь посмеяться над собой. Научившись относиться к себе с юмором, Вы уже никогда не попадете в постыдное либо унижительное положение. Шутки окружающих Вы будете воспринимать именно как шутки, а не как издевательство. Серьезный человек обычно легкомысленным не становится, но для уравновешивания своей серьезности *нуждается* в общении с людьми легкомысленными, хотя их не любит, а возможно, даже презирает. Чем сильнее у человека желание жить лучше, но при этом он не задумывается, откуда берется это хорошее, тем человек легкомысленнее. **Легкомысленный человек действует раздражающе на людей серьезных и мрачных.** *Легкомысленность – это сущее наказание для тяжеловесной серьезности.*

Есть люди легкомысленные, а есть и такие, кто старается поднять у людей настроение. Эти вторые частенько выступают в роли шутов. При этом они даже способны жертвовать собой.

Шутовство – вещь хорошая, но если человек уверен в том, что сумеет одной лишь *шуткой* выпутаться из *любой* ситуации, то это уже высокомерие, от которого окружающим отнюдь не до смеха. Вероятно, Вам доводилось оказываться в ситуации, когда чья-то неуместная шутка ставит присутствующих в неловкое положение. Если такая шутка исходит от начальника, присутствующие встречают ее вымученным смехом. Если такая шутка звучит в присутствии ученого люда, наступает гробовое молчание. Если шутка брошена человеком неавторитетным из желания поднять настроение влиятельных персон, ему затыкают рот. Почему? Потому что он желает, чтобы люди стали иными. *Люди с высоким мнением о себе не позволяют делать с собой подобное.*

Дружеская шутливость и деловитость обсуждения превращают минус в плюс. Юмор, анекдоты, шутливые рассказы, иносказания, загадки, чтение сказок, участие в играх, развивающих смекалку, участие в обсуждении родительских планов – все это развивает *душевную гибкость* ребенка, развивает его *сообразительность*, что позволяет ему приспособиться к любой ситуации, окружению, компании. Желание снискать расположение и любовь окружающих своей чрезмерной добропорядочностью, послушностью, усердием, деловыми качествами оборачивается тем, что человек с юных лет становится настолько мрачным и серьезным, что не может выносить общества людей. Ему претят громкоголосые шутки и смех как молодых, так и старых, глупое зубоскальство и пустопорожние споры, бессмысленная суэта и стремление все оспорить. В таком окружении он ощущает себя несчастным. Ему становится плохо, начинает болеть голова. Сопутствующие этому приступы тошноты и рвоты могут создать впечатление мигрени. Однако и в обществе пожилых серьезных людей он не чувствует себя сколь-нибудь лучше. Почему? Потому что и здесь, и там человек испытывает недовольство собой.

Кто забыл, тем я напомним: не будь хорошего, не было бы и плохого. **Не будь большого и сердечного хорошего, не было бы и большого и бессердечного плохого.** Например, родители любят давать детям ласковые прозвища и делают это без всякого злого умысла. Детей называют лапочка, куколка, зайчик, пончик, медвежонок, в зависимости от характерных личных качеств, в данном случае таких, как ласковость, миловидность, боязливость, упитанность, неуклюжесть. Если ребенка называют так в кругу семьи, то для домашних это игра, которая дает в ней участвующим что-то, необходимое для души. Если же прозвищем пользуются вне дома для *демонстративно* подчеркивания дружеских отношений, это уже перебор, и ребенок, желающий сохранить чувство собственного достоинства, на это обижается. За обиду домашние поднимают его на смех при посторонних и не замечают, как эстафетная палочка издевательства переходит в руки чужих людей.

Меткое прозвище приклеивается к человеку и становится мишенью, которую не пропускает только ленивый. Кто из своего прозвища делает для себя вывод и старается перемениться, для того оно останется милым воспоминанием, а кто в своем прозвище видит постоянное унижение собственного достоинства, к тому прилипают все новые прозвища. Так страх перед ненавистным прозвищем, данным любящими родителями, притягивает к человеку еще и прозвища, обыгрывающие его имя, отчество или фамилию.

Если родители наделяют ребенка новомодным, вычурным иностранным именем, которого он стесняется, потому что у других детей имена простые, то его звучащее по-королевски имя сокращается до пошлого или даже вульгарного сочетания букв, из-за чего ребенку кажется, что родители намеренно над ним издеваются. Теперь уже никто его не жалеет, и он сам не жалеет никого.

Непрощение, по существу, являет собой **безжалостность**. Непростительно дразнить человека, зная, что это причиняет ему боль. Мы знаем про это и не оставляем без внимания

безжалостность, проявляемую детьми. **Вместе с тем нам следовало бы задуматься, чтобы малый эгоизм не вырос в большой.** Чей эгоизм? Конечно же прежде всего наш собственный, ибо в маленьком эгоисте мы видим себя. А уж потом следует позаботиться о том, чтобы уменьшить эгоизм у ребенка.

Наиболее типичные поводы для издевки над ребенком – это упитанность, неуклюжесть, неумелость, простодушие, обидчивость, легковерие, беспомощность, рыжий цвет волос, косоглазие, сутулость, кривые ноги, плоскостопие, заикание, вызванные стрессами странности в поведении, увлечения, имя, хобби, друзья, глупость, ум. Словом, любое отклонение от привычной усредненной нормы.

Кто способен шутить над собственными недостатками, к тому относятся с уважением, тогда как ребенок, который желает скрыть свои недостатки тем, что старается стать лучше других, превращается в мальчика для битья. Люди принимают истреблять в нем именно те положительные качества, которыми он прикрывает свои недостатки, иначе говоря, гордится. Издевки словно говорят: а теперь еще похвались своими недостатками. Окружающие будут уважительно относиться к тем родителям и тем детям, которые, обнаружив свои промахи, их исправляют. Ребенок, высвобождающий страхи и обретающий смелость, безбоязненно дает отпор обидчику, чем заслуживает уважение, а возможно, и дружбу сверстников, ибо жизненный урок им усвоен.

Кто на это не способен, тот либо так и будет ходить битым, либо, затаив обиду, возьмется за книги или начнет накачивать мускулы, чтобы когда-нибудь в будущем свысока взирать на тех, кого он превосходит знаниями, или с лихвой поквитаться в драке с обидчиком за молча снесенное в прошлом рукоприкладство. В обоих случаях человеку во всем будет мерещиться издевательство, даже там, где его нет. Родители, которые в стремлении защитить ребенка от его сверстников доводят дело до официального разбирательства, лишь усугубляют ошибку. Иначе говоря, они вынуждают окружающих исправлять собственные ошибки, допущенные ими в процессе воспитания ребенка. Одни родители обвиняют чужих детей, а другие – собственных, поскольку желают вырастить свое чадо борцом. Родительское *высокомерие* безжалостно заявляет ребенку: *«Мне в свое время и не так доставалось, а чем ты лучше?»* И это даже в том случае, если родителю доставалось за собственную неуклюжесть или беспомощность, а его ребенок в настоящее время болен. Вести себя так заставляет родительское желание сделать ребенка сильным. Ребенок же нуждается в данную минуту в любви и потому никогда этого не простит, потому что для него это было унижением. Он поправится и забудет о случившемся, но в нем навсегда останется непощение к человеку, который не протянул руку помощи, который, вместо того чтобы вытащить тонущего из трясины, заявил, что каждый должен спасать себя сам. Потому некоторые и не могут простить своим родителям. Если уж они не прощают родителям, то чужим и подавно.

***Классическая гордость демонстрирует свои достоинства, потому что желает себя возвысить.***

Классическое высокомерие не демонстрирует своих достоинств, поскольку и без того считает себя выше всех. Это означает, что у гордости есть еще пространство для возвращения положительных качеств, тогда как высокомерие – это потолок. С него начинается фатальное разрушение тела, чтобы было чем заняться душе. В противном случае оно истребляет в человеке Человека. Таким может стать каждый, кто боится издевательского отношения, поэтому не считайте плохим того, кто уже таков и есть. Поймите, плохим его делает эгоизм. Сам по себе человек ни хорош и ни плох.

Не говорите о ком-либо, что он – **высокомерный человек**. Скажите, что в этом человеке **вызграло высокомерие**, одержавшее над ним верх, из-за чего он вынужден измыываться и глумиться над ближним. Тем самым Вы разделяете человека и отрицательную черту его характера и оказываетесь в состоянии отнестись к человеку с пониманием.

Если кто-то считает Вас высокомерным, Вы безо всякой обиды сумеете сказать, мол, этот человек увидел во мне высокомерие и решил, что это – я. Вы оказываетесь в состоянии простить ему это заблуждение, ибо признаете, что немало похвалялись своими знаниями и страданиями.

**Эгоизм есть в каждом человеке, но не каждый человек является эгоистом.**

Ваше высокомерие подмечается высокомерием кого-то из ближних, и его высокомерие принимается высмеивать и уничтожать Ваше, потому что *такова способность испуганного человека – бороться со злом, зло же во имя уничтожения зла*. Если Вы не похваляетесь своими страданиями, то являетесь обычным страдальцем и чужое высокомерие Вас не заметит. **Высокомерие не издевается над приниженностью, которая признает свою приниженность. Оно издевается над высокомерием, не признающим своей низменности и тем самым культивирующим свою низменность.**

Издевки преследуют *благую цель* — разрушить потенциальное разрушение. Кто сознает это, тот до небес превозносит обидчика и высвобождает свое высокомерие. Кто не сознает, тот отправляется к праотцам. Классическое издевательство – это когда глупый богатый стоит на краю болота и учит жить тонущего в трясине нищеты умного бедняка, жалуясь при этом на тяготы собственной жизни. Если умный бедняк считает это издевательством, трясина его засасывает. Если же бедный понимает, что богатый в чем-то прав, он не сочтет это издевательством и найдет способ выбраться из трясины. Хотя бы для того, чтобы поспешить на помощь богачу, попавшему в беду.

**Умного человека можно уничтожить физически, а собственно ум можно уничтожить осмеянием и посрамлением.**

Поэтому жертвами издевок и становятся люди, считающие себя умными либо желающие таковыми стать и гордящиеся этим. Умный человек чрезвычайно чувствителен ко всему, что касается его ума. Поэтому не стоит в его присутствии восхвалять ничьи умственные способности, в том числе общепризнанных авторитетов. Если Вы почерпнули у кого-то знания и считаете их верными, пропустите их через свое сердце, и Вы поймете, усвоены ли они или нет. Если усвоены, то они становятся частицей Вашего ума.

Ум обладает способностью нащупать уязвимое место в уме ближнего и, поднатужившись, поразить в самое яблочко. Чем сильнее было желание ближнего блистать своим умом, тем скорее оно разлетается в пух и прах. Поскольку никому не дано знать всего, в знаниях всегда имеются некие пробелы, и ссылки на авторитетные суждения посрамяют человека, желающего прослыть умным. **Когда в поединке сходятся умы, в проигрыше оказывается человеческое в людях.**

Чаще всего цитируется Библия, и потому она стала щитом и мечом для малодушия. **Трусость не имеет собственного мнения**, однако она желает во всем обязательно настоять на своем. Так священное слово Библии превратилось в орудие наживы и стяжательства. Вот почему многие люди, спасаясь от власти религии, обращаются к атеизму, но ни та, ни другая сторона не делают из этого для себя вывода. Пораскинуть мозгами не позволяет гордость. *Как религия, так и атеизм заняты тем, чтобы доказать свое превосходство, оправдать свои ошибки и критиковать противную сторону*. Оправдать свои ошибки мы можем, обратившись к любому источнику знаний – книге, человеку, услышанному и т. п., т. е. вооружившись любым знанием.

Кто желает похвалиться *перед ближними* собственными страданиями, над тем начинают издеваться.

Кто желает похвалиться *перед собой* собственными страданиями, тот навлекает на себя людское презрение. Чем больше Вы боитесь гордости и высокомерия, тем сильнее притягиваете их к себе. Они незаметно разрастаются в Вас, пока не перестают уместиться внутри. Тогда Вас начинают называть гордым и высокомерным, и Вы недоумеваете, отчего люди такие злые. Вы не видите себя со стороны, зато видят окружающие и подсказывают Вам, словно ученики на уроке, что Вам следует хотя бы таким образом выучить свой урок во избежание большей беды.

**Гордость ведет к почечно-каменной болезни на физическом уровне. Высокомерие ведет к умопомешательству и раковым заболеваниям.**

Рак позволяет телу умереть прежде, чем душевная гибель успеет перерасти в гибель духа. Т. е. прежде, чем высокоразвитый человек вновь превращается в животное. Это означает, что **рак является болезнью, которая спасает Человека от гибели.** Если менее развитый человек ведет себя по-животному, это не так страшно, как если то же самое делает высокоразвитый человек. А Вы сразу причислили себя к людям высокоразвитым? Если так, то Вы заблуждаетесь. У нас у всех представлены оба уровня развития.

Оценивая людей с позиции собственной гордости и высокомерия, мы обычно смешиваем личность с эгоизмом. Так мы даже святого можем обозвать сумасшедшим и эгоистом. Запомните, что

**личность думает прежде всего о себе**, а эгоист думает *только* о себе.

Засевший в человеке эгоизм не позволяет ему видеть людей в окружающих. Он низводит окружающих до животного уровня. Чужие потребности им не учитываются и правила общежития игнорируются. Человек видит только себя. Если люди не уважают его потребности, от страха он озлобляется.

Эгоизм не ведает душевного покоя. Из-за подавления всех эмоций, или стрессов, его собственная душа делается бесчувственной, и это состояние воспринимается им как душевный покой. Когда он спит, его из пушки не разбудишь. Сон спасает его от усиления чувства вины и необъяснимых душевных терзаний. Пусть он даже знает, что другие не могут спать при шуме, но он не понимает потребности ближних в душевном покое. Чем больше Вы укоряете его за крепкий сон, тем крепче делается его сон. Может сделаться и смертельным. Если из моих слов Вы сделали вывод, будто человек с крепким сном является эгоистом, советую еще раз перечитать предыдущий абзац. Я использовала слово «эгоизм», не «эгоист». Если Вы считаете своего храпящего супруга эгоистом, которому безразлично, можете ли Вы спать или нет, то его сон станет еще тяжелее. **От отчаяния наладить отношения с супругом его храп станет еще громче.**

Эгоизм – наиболее тяжелая энергия материального уровня, находящаяся в состоянии неподвижности, и одним из эффективных способов приведения ее в движение является громкая ритмичная музыка. Эгоизму нужна ритмичная музыка такой громкости, чтобы ощутимо вибрировали стены дома. В своей наивности ему и в голову не придет приглушить музыку в ночное время. Он провоцирует эгоизм окружающих, и, когда те заявляются призвать его к порядку, дело может дойти до рукоприкладства. Если Вы живете рядом с таким эгоистом, то высвободите свой эгоизм. Тем самым уменьшится суммарный эгоизм вас обоих, и эгоист начнет с Вами считаться. Эгоизм провоцирует эгоизм. Если же Вы станете призывать эгоиста к порядку, настаивая на своих правах, то получите ответный удар. Т. е. Ваш эгоизм получает ответный удар. Если Вы высвободите свой эгоизм, Вы получите то, что Вам нужно, безо всяких требований.

Становясь умнее за счет рассудительности и богаче за счет собственного

достоинства, человек утрачивает часть рассудительности и достоинства, и у него ухудшается самочувствие. Обратите внимание на слово «самочувствие». **Плохое самочувствие означает плохое чувствование, то есть знание себя, а значит, незнание своей основной сущности.** Так гордость принимается то сетовать на высокую стоимость косметики, образования и богатого стиля жизни, то похвалится тем, сколько всего пришлось пережить, посещая косметические салоны, получая образование и отказывая себе в *человеческих потребностях* в процессе сколачивания состояния. Так незаметно гордость перерастает в высокомерие.

<b>ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ЧЕРТЫ ГОРДОСТИ и ВЫСОКОМЕРИЯ, т. е. ЭГОИЗМА</b>	
<b>Гордость</b> не считается с чужими эмоциями.	<b>Высокомерие</b> не считается с чужими чувствами, с окружающими людьми.
<b>Гордость</b> не уважает чужие дела.	<b>Высокомерие</b> не уважает других людей.
<b>Гордость</b> высмеивает людей своими поступками.	<b>Высокомерие</b> высмеивает людей своим поведением.
Высмеивание <b>гордости</b> оборачивается физическими болезнями головы.	<b>Высмеивание</b> оборачивается слабоумием.
<b>Гордость</b> почитает подлинные чувства за святыню и потому способна сожалеть по поводу своей кичливости.	Для <b>высокомерия</b> нет ничего святого, и оно не отказывается от своих слов. Оно имеет собственную точку зрения, которую безбоязненно высказывает, и ему безразлично мнение окружающих. Требование отказаться от своих слов ему кажется смехотворным. Оно все равно никогда на это не пойдет.

Эгоизму ничего не западает в сердце. Надевая на сердце броню, мы проходим мимо страждущих, словно мимо уличных нищих, оправдываясь тем, что все равно всем помочь невозможно. Не только невозможно, но и нельзя – так мы считаем, – ибо в противном случае они так и не удосужатся начать действовать ради собственного блага. С такими мыслями мы сжимаем сердце в кулак, т. е. взращиваем свой эгоизм, вместо того чтобы высвободить то, что гнетет душу.

В отличие от эгоизма гордость – это энергия движущаяся. Поэтому она принимает все близко к сердцу и частенько получает по носу. Иногда извлекает для себя урок. Подсознательно или нет – речь сейчас не об этом. Высокомерие ничего не принимает близко к сердцу и ни на что не отзывается сердцем. На любую просьбу оно отвечает отрицательно. Даже на просьбу о прощении. «*Мне не за что прощать, потому что я ничуть не обиделся*», — говорит явно обиженный эгоизм, стараясь скрыть свою обиду.

Знайте, что если кто-то обращается к Вам с просьбой о прощении, то обязательно нужно простить. Если Вы и в самом деле не обиделись, можете сказать об этом уже после прощения. Однако для себя уясните, что ни с того ни с сего с просьбой о прощении никто не обращается.

Человек видит Вашу обиженность, чувствует, что совершил ошибку, и потому просит прощения. Пусть в Вас он видит себя, однако Вы сами спровоцировали его своим эгоизмом. Высокомерие живет в собственноручно созданной круговой обороне и не сознает, что **просьбу о прощении следует воспринимать как величайший дар**. Для того, кто просит прощения, нет хуже оскорбления, чем отказ даровать прощение. Если просьба о прощении происходит от желания искупить свою вину, то человек до конца своих дней будет носить в сердце обиду на того, кто отказал ему в прощении. А возможно, будет даже вынашивать планы мести. Не исключено, что в отместку он захочет обидеть Вас вторично, но уже осознанно, чтобы на сей раз не попросить прощения. Если просящий о прощении начинает заниматься высвобождением своего эгоизма, его уже не обижает эгоизм ближнего, и он не будет вынашивать планы мести.

Эгоизм не желает делиться с другими, он желает брать. Вы можете желать быть очень хорошим человеком, всей душой стремящимся отдавать, но если Вы не умерите свой эгоизм, целью Вашего отдавания будет оставаться приобретение.

Поскольку большинство людей незнакомо с нашей теорией стрессов, то разумнее всего прощать либо просить о прощении у себя в душе, чтобы собственная душа успокоилась. Возможно, тогда и не нужно будет напоминать ближнему старое на словах. Души сами выяснят свои отношения на уровне подсознания. Вы осознаете ситуацию, ближний не осознает, однако, несмотря на это, ваши отношения снова наладятся.

Высокомерие, т. е. эгоизм, жарится на собственном жире. **Высокомерие являет собой энергию верблюда**. Верблюд приспособлен к жизни в своей естественной среде. Если мы живем, как верблюды, то мы жаримся на собственном жире, подобно верблюду в раскаленных песках пустыни. Верблюд от этого не превращается в жаркое, а человек превращается. Мы злимся, не понимая того, что злимся на собственную злобу. Доводим себя до духовного истощения, но стоит нам оказаться за обеденным столом, как мы безо всякой меры набиваем желудок едой и питьем, да так, что даже морщины разглаживаются. Точно так же мы до отказа набиты стрессами.

**Верблюда можно назвать эталоном терпеливости.**

**Таков же и интеллигентный эгоизм.**

Из давнего пешего перехода через пустыню, что явилось для меня самым суровым физическим испытанием в жизни, мне запомнился рассказ человека, разводившего верблюдов. Он сказал, что когда у верблюда лопаются терпение, он плюется. Причем плюет прямо в лицо, и только хозяину, чтобы выразить свое презрение к человеку, который неуважительно относится к чувству достоинства животного. Так заключенная в человеке верблюжья терпеливость плюет на него самого, если он не способен быть достойным человеком, достойной личностью. Дряблая жировая ткань в теле человека, расплзающаяся при сильных повреждениях либо хирургических ранах, точно топленое сало, является знаком того, что в человеке **слишком много высокомерия, т. е. себялюбия, т. е. эгоизма, т. е. слишком много от верблюда**. Жировая эмболия, возникающая в результате травматического повреждения мягких тканей, а также после операций, происходит всегда неожиданно и зачастую приводит к летальному исходу. Во многих случаях, когда человек уже вышел из жизнеопасного кризиса, жировые клетки, оказавшиеся в кровеносном сосуде, приходят непонятно отчего в движение и, попадая в легкие либо мозг, вызывают смерть. Врачи знают про эту опасность, но предотвратить не могут.

Это означает, что медицина не может помешать настрадавшемуся человеку гневаться, что сопровождается желанием немедленно покарать обидчика, и покарать очень сурово. *Чем вспыльчивее у больного характер, тем реже следует говорить с ним об обидчике, вплоть до полного выздоровления*. Человеку со вспыльчивым характером необходимо внушить мысль, что он – счастливчик. Радость выживания заглушает злобу на виновного и предотвращает

возникновение эмболии. Таким же образом – по-верблужьи – наградить нас плевком в лицо может также супруг либо болезнь близкого человека. Еще вчера мы делали вместе трудную работу, а сегодня его на «скорой» отвезли в больницу. Независимо от степени тяжести заболевания, можно сказать, что терпению пострадавшего пришел конец. *Ближний ничего необычного не заметил, поскольку видел только себя.* Он не виноват в болезни товарища, однако мог бы и заметить человека рядом с собой. Не будь ближний в восхищении от самого себя, он почувствовал бы неладное. Возможно, заметил бы симптомы нездоровья. Особенно важно держать в поле зрения чрезмерно добросовестных людей, поскольку сами они о себе не заботятся, полагая, что это за них должны делать другие.

**Если человеку для того, чтобы узнать себя получше, нужно зеркало, он находит его в лице супруга.** Кому нравится свое зеркальное отражение, тот старается быть постоянно приятным. Встречаются супружеские пары, в которых партнеры с годами все больше становятся похожими друг на друга. Нравится это нам или нет, но они счастливы друг с другом. А также обладают хорошим здоровьем. Они идут своей дорогой, поддерживая друг друга. То один оказывается более удачливым и выходит вперед, вдохновляя второго, то удача улыбается спутнику, и он своим примером вдохновляет первого. *Они могут гордиться совместными достижениями, но в совокупности друг друга уравнивают.*

Таковы **равные браки**. Покуда супруги стремятся вперед, все в порядке. Если же они вдруг решают, что им ничего больше не нужно, на них обрушиваются болезни. *Когда люди считают еще до смерти, что труд всей их жизни завершен, и ставят точку, они хоронят себя заживо.* Если вследствие болезней они принимают сетовать на свою многострадальную жизнь, не исключено, что оба заболевают раком.

Гораздо больше внимания обращают на себя супруги, которые с годами становятся все более непохожими друг на друга. Обычно это уже изначально **неравные браки**. В начале супружеской жизни люди влюблены друг в друга. Различия во внешности, имущественном положении, образовании, общественном и служебном положении не играют никакой роли, зато впоследствии проявляются все заметнее. В результате происходит усиление противоположных черт характера. Например, один из супругов становится *все более приметным*, второй же – *все более скромным*. Один становится *более гордым, важным, властным*, тогда как второй – *приниженным, никчемным, беспомощным*. Первый **позволяет себе все и считает это естественным**. Второй **не позволяет себе ничего и считает это естественным**. Раком заболевает тот, кто взял на себя роль страдальца. Люди посторонние могут почуять опасность и даже о ней предупредить, но гордость не внемлет предупреждениям. Своя гордость есть у того, кто считает себя лучшим в семье, а также у того, кто считает себя худшим. Бывают супруги, испытывающие друг к другу столь сильную ненависть, что единственной возможностью мести для них становится **желание заставить супруга страдать через собственные страдания**. Один **страдает из-за того, что второй рядом с ним столь бессилён**. Второй **страдает из-за того, что первый рядом с ним столь силен**. Первый подвергает супруга страданиям из-за своей силы, а тот подвергает его страданиям из-за своего бессилия. Первый вынужден тянуть за собой второго, второй вынужден волочиться вслед за первым. Они могут быть **равны друг другу лишь в своей гордости и высокомерии**.

**Гордость и высокомерие слепы.** *«Я любил(а) его (ее) больше всего на свете, почему он(а) меня бросил(а)?»* — сетуют как женщины, так и мужчины. Как те, которых променяли на кого-то или на что-то, например на свободу, так и те, совместную жизнь с которыми променяли на смерть. Не будь у сетующего чувства вины, он бы не сетовал. Он воспринял бы уход супруга как потребность. Ведь в конце концов каждый усваивает собственные жизненные уроки и нуждается в том, в чем нуждается. Супругу следует сделать из случившегося для себя вывод.

Если мы любим кого-то превыше всего на свете, мы пренебрегаем собой и остальным миром, пренебрегаем собой и любовью ближних. **Не умея любить себя, мы неумело любим другого человека.** Любим потому, что он любит нас. Это значит – любим в знак благодарности, не сознавая того, что это не настоящая любовь. Чем больше жертв приносит человек в доказательство своей любви, тем больше я люблю его в знак благодарности. Чем тверже мое знание, что никто, кроме него, меня не любит, тем большим должником я себя считаю и тем сильнее становится моя собственническая любовь. Точно так же думает и партнер, в котором сидят те же стрессы, и, в свою очередь, старается возместить свой растущий долг признательности. Так оба супруга все возмещают и возмещают друг другу из чувства благодарности, покуда не оказываются погребенными под грузом невозмещенного долга. Один раньше, другой вслед за ним. Убеждать таких людей в их ошибках – пустая трата времени и душевных сил. Они уверены в своей правоте. Оба гордятся своей необыкновенно жертвенной любовью. Их гордость может расти по мере усугубления их болезней. Чем большее восхищение эти люди вызывают у окружающих, тем тверже они **уверены в том**, что их любовь идеальна. Настолько идеальна, что во имя нее стоит страдать и даже отдать жизнь. Покуда один из них остается в живых, его сопровождает миф об идеальной любви, *и подрастающим поколениям вменяется в обязанность жить подобным же образом.* Любовь оборачивается эгоизмом, который велит грядущим поколениям испытывать те же страдания. **Так из любви делают подвиг.**

*Эгоистическая любовь – это благодатная почва для возникновения у последующих поколений болезней крови. Любой стрессеце бывает личным, или индивидуальным, либо общим, или коллективным.*

Сходство объединяет, различие наставляет. Люди, мыслящие одинаково, а значит, имеющие одинаковые стрессы, находят друг друга и образуют малые либо большие коллективы. Коллективная мысль обладает сверхмощной силой. Чем больше некий большой коллектив цепляется за свою правоту, тем разрушительнее его представление о жизни. Например, чем сильнее у семьи гордость и высокомерие, тем более тяжкие испытания выпадают на ее долю, и из поколения в поколение они лишь усиливаются. У каждого последующего поколения учащаются случаи почечно-каменной болезни, рака, сумасшествия и слабоумия. Догматические гордость и высокомерие свойственны также общине, обществу, нации, расе, корпорации, должности, профессии, уровню образованности, клану.

**Последствия те же: все большее число хороших людей гибнет от плохих болезней.**

Знания делают человека смелым. **Смелость**, свойственная гордости, отличается нерешительностью и тайным сомнением. Гордость желает избавиться от своей нерешительности и потому налегает на учебу. Она учит все, что нужно и что не нужно. С той самой минуты, когда гордость начинает считать собственные знания абсолютно правильными, она оборачивается эгоизмом.

**Неиспользуемые знания усугубляют эгоизм.** Абсолютно твердые знания, из чего эгоизм и состоит, придают человеку **безрассудную смелость**, и он берет на себя право все и вся критиковать, оценивать, охаивать и вести себя безрассудно смело, не считаясь ни с кем. Эгоизм не ведает стыда. Чувство стыда подавляется им отрицанием его наличия, отчего превращается в бесстыдство. Если человек осознавал бы значение полученных знаний и проверял бы их истинность, он не становился бы эгоистом.

**О позитивном и негативном мышлении**

Испытываете ли Вы желание нравиться? Когда я задаю этот вопрос человеку,

предварительно объяснив ему, что такое желание есть стресс, то в ответ слышу: «*Нет-нет, такого желания у меня нет*». Когда же я спрашиваю: «*Так, значит, Вы не желаете нравиться?*» — собеседник оказывается в замешательстве, ибо это не вполне соответствует действительности. Когда я спрашиваю: «*Бывает ли, что Вам необходимо кому-то понравиться?*» — этот вопрос оказывается самым правильным, поскольку ради собственного благополучия и впрямь нужно нравиться многим, хоть и не очень хочется. Потребность нравиться окружающим и приятное отношение с их стороны — два разных уровня, а потому они несовместимы. У человека нет нужды нравиться людям, ему нужно быть самим собой, личностью, тогда к нему будут относиться с уважением. Если Вы говорите, что не желаете нравиться, Вы кривите душой. Ведь «не желаю» — это протест против желания.

Если бы люди, рассказывая о себе, были способны ощущать себя духовными существами, то не впадали бы во взаимоисключающие крайности. Первая крайность — материалистическая — имеет место, когда человек **отождествляет себя с собственным телом**; и вторая — идеалистическая — предполагает **отрицание** тела. Будучи противоположными *по форме*, они одинаковы *по содержанию*: и в том, и в другом случае мы имеем дело с испуганными людьми, которые отождествляют себя с телом и тем самым отрекаются от себя. Если от меня отрекается кто-то из близких, невелика беда — в худшем случае истребляется мое тело, но дух сохраняется. Вспомните Иисуса Христа, чей дух сопровождает нас до сих пор! Если же я сам от себя отрекаюсь, это подобно самоубийству. Душе выпадают еще более тяжкие терзания.

Человек со страхами не замечает того, что душа отдельно выделяет духовную и физическую стороны. Она говорит нашими устами: «*Я и мое тело*». Мы говорим: «*Я делаю*» — и не исправляем себя: «*Простите, это мое тело делает, а не я*». Это значит, что дух признает своим тело и его действия и отвечает за них, тогда как тело не признает заблуждений души. Допустив ошибку, мы из страха тут же принимаем себя выгораживать: «*Это не я сделал!*» — при этом упирая на слово «я». Обозленный от страхов ближний возражает: «*Нет, ты!*» Виноватый никак не может доказать, что это сделал не он, поскольку физическое тело — а сделало оно — является частью духовного тела. Торг на тему «кто виноват, а кто нет» часто именуют дележкой земли. Эта метафора, пришедшая из подсознания, подразумевает, что дело идет о проблеме материального отношения к жизни, при котором оперируют оценочными суждениями. В основе оценки лежит стремление покарать виноватого. Уравновешенный человек видит в конфликте жизненный урок, который необходимо усвоить. Для человека неуравновешенного и без того все ясно.

Дети (так называемые глупые) не спорят со взрослыми, тогда как со сверстниками они будут досконально выяснять отношения и не успокоятся прежде, чем отыщется виновный. Взрослые (так называемые умные) быстро учиняют над детьми суд на правах большого и сильного. Разбираться же в мелочах со своими ровесниками они считают ниже своего достоинства, несмотря на то, что ясность необходима. Они надеются, что эту неприятную работу за них проделает кто-то другой. Отстаивать свою точку зрения для них унижительно. Готовность молча страдать происходит опять-таки от желания нравиться.

Кому надоедает слащавая угодливость, тот с гиканьем бросается отстаивать чьи угодно права. Когда желание нравиться превращается в нежелание, человеку все равно, что о нем думают окружающие. Особенности поведения человека обуславливаются особенностями его стрессов. **Никогда не выходит из себя только тот, кто натаскан в духе предельной интеллигентности, потому что он ничего не вбирает в себя.** Он идет напролом, подобно бульдозеру. **Человек уравновешенный вбирает все в себя, но тут же выводит все наружу.** Он подобен ситу, которому известно, что в любой ситуации есть чему поучиться, иначе он бы в эту ситуацию не попал. Поэтому он пропускает все через себя, чтобы отсеять все

ненужное.

Кто страшится быть униженным, тот стремится нравиться людям, так как этот способ кажется наиболее простым способом себя уберечь. Страх вынуждает человека унижаться прежде, чем его унижат другие. А интеллигентность вынуждает скрывать состояние униженности. Вот почему происходящие от скрываемой униженности скрытые болезни способны заходить особенно далеко в своем развитии. Как определить свое отношение к униженности? Таких способов много. Например, как Вы относитесь к работе, которую выполняют, наклонившись вперед? Если Вы предпочитаете мыть пол по старинке, ползая на корточках с тряпкой в руках и если Вы с радостью идете на делянку копать картошку, то страх перед унижением у Вас невелик. Если после 10-часового выкапывания вручную картошки спина Вас несколько не беспокоит, значит, Вы относитесь к униженности без страха и без злобы. Значит, Вы не боитесь себя принизить и унижить Вас невозможно.

Попытайтесь вспомнить, скольким людям Вы старались понравиться. Матери, отцу, сестре, брату, бабушке, дедушке, тете, дяде, другу, партнеру, родственнику, товарищу, коллеге, знакомому, пациенту, клиенту, продавцу, соседу, воспитателю, учителю, врачу, портному, парикмахеру, начальнику, подчиненному, мужу, жене, мужчинам, женщинам, ребенку, детям. Этот список можно продолжать сколько угодно. Но и он будет неполным. Наверняка Вы желали понравиться также какому-нибудь животному – лошади, корове, быку, свинье, барану, собаке, кошке, петуху, гусю. Кого боитесь, тому и стараетесь понравиться. А все потому, что надеетесь, что тогда Вас не тронут, хоть это и унижительно, и вызывает злость. Желание нравиться делает человека находчивым. Одной из находок, носящей красивое название, является **позитивное мышление**, которое как будто выручает из любой беды. Присуще ли Вам позитивное мышление? Его антипод – **негативное мышление**, этот корень зла. Но так ли это на самом деле? Каковы Ваши наблюдения о позитивном и негативном мышлении? Вероятно, Вы замечали, что позитивно мыслящий человек видит всюду только хорошее, а негативно мыслящий – только плохое. С первым приятно общаться, от второго же хочется сразу бежать куда глаза глядят.

А теперь рассмотрим вопрос *по существу*. Человек с позитивным складом мышления, возможно, действительно видит лишь хорошее, но куда тогда девается плохое? Разве от позитивного отношения плохое становится хорошим? Не становится. Позитивный человек страшится плохого. Он подсознательно чувствует, что плохое способно спровоцировать выплеск его потаенной стороны. *Страх перед плохим* может сделать человека настолько чувствительным, что плохое он инстинктивно чует еще издалека. Развивается способность избегать плохое, обходить стороной, в нужный момент задать стрекача, держать язык за зубами, когда нужно, подольститься к плохому человеку обворожительной улыбкой, если иной возможности уже нет. Такое умение формирует у человека представление о себе как о хорошем человеке.

### **Пример из жизни**

Ко мне со своей бедой обратилась дама среднего возраста. Читая мою первую книгу, она не могла отделаться от впечатления, что эта Виилма – злой человек и ни о чем, кроме как о страхах и злобе, не говорит. Сама же она в течение всей своей жизни видела только хорошее и соприкасалась только с хорошим. Так оно и было до недавних пор, но затем все в одночасье изменилось. Ей довелось изведать жестокость, злобу, панику, провокационные придирки, на которые невозможно было не отреагировать. Размышляя о произошедшем постыдном событии, она поняла, что все ее радужно-обманчивое представление о жизни потерпело крах не столько из-за людей, сколько из-за того, что выплеснулось из нее самой. А еще больше из-за того, что осталось невыплеснутым – ей так хотелось выкричаться, побуяннить, грязно выругаться, однако приходилось молчать из-за соображений интеллигентности. До нее вдруг дошло, сколь глупой и

наивной она была всю свою жизнь.

*Страх соприкоснуться со злом* вынуждал ее стараться всем понравиться, пренебрегая собственными потребностями, отказываться от полноценной жизни, никого никогда ни о чем не просить, во всем себя ограничивать. Ей казалось, что *раз ей не говорят ничего плохого, значит, она – хороший человек*. Поэтому и не вышла замуж – кто их знает, этих мужчин. Поэтому и не обзавелась детьми – из-за них тоже могут быть неприятности. Жить, будучи хорошим человеком, в тесной каморке, которую стыдно показать людям, и с вежливой улыбкой отказаться от хорошей квартиры, лишь бы никто не подумал ничего плохого, – на такое действительно способен лишь очень хороший человек, который и сам верит в то, что плохое – это хорошо. Однако подобное лицемерие не может продолжаться вечно. Желание доказать свою положительность ценой подобного самопожертвования однажды достигает критической черты и притягивает к человеку тех, кто вытаскивает истину на свет божий. Так и произошло. Стоило заявившимся к ней молодым щенкам затявкать, как она набросилась на них, точно фурия, хотя намерения у них были вполне мирные. Они пришли подивиться на это странное существо, всю жизнь прожившее в слепоте, однако у женщины сработал инстинкт самозащиты, и ее положительность вывернулась изнанкой наружу. При виде своей истинной сути женщина испытала шок. От отчаяния она заболела.

\* \* \*

«*Хочу хорошего*» —таков девиз **человека с позитивным мышлением**. Большинство людей считает себя хорошими только на том основании, что они желают хорошего. Они не воспринимают желание как негативность. Представьте себе человека, с радостным видом загребающего себе обеими руками хорошее: «*Желаю хорошего, желаю хорошего, желаю хорошего, желаю хорошего для всех...*» Ему радостно, потому что, желая для окружающих **материальных** благ, он приобретает для себя **духовное** благо, т. е. душевное спокойствие. Плохим такого человека назвать никак нельзя. Никто ведь не понимает, что людям он раздал богатство, а себе оставил ценность.

Все хорошее скапливается внутри человека. Чтобы уместилось побольше, надо поплотнее утрамбовать. Благое желание само по себе является прессом, уплотняющим стрессы. А кто желает продемонстрировать свою положительность, тот и не станет сильно утрамбовывать. Если на складе не оказалось свободного места, его расширяют – человек полнеет. Душевная переполненность материализуется в телесную раздутость. Толстого человека всегда считали хорошим. Так оно и есть, но лишь на физическом уровне. У людей с мало-мальски избыточным весом бросается в глаза их жизнерадостность, что зачастую неестественно и нелогично. Наедине с собой либо с домашними они, как правило, совершенно другие. Это не означает, что люди с приятной внешностью ведут себя иначе. Что это значит? А то, что люди путают **душевное спокойствие с душевным покоем** либо отождествляют их.

**Позитивный образ мыслей дарит** душевное спокойствие. Между тем на душе у него может лежать тяжелый камень. Но куда человек радуется спокойствию чувств, он этого не ощущает. Душевное спокойствие он принимает за душевный покой. Его душевный покой утрачивается из-за дум о ближних, и потому он считает ближних нарушителями своего душевного покоя. Отсюда следует логически и вывод: если окружающие были бы хорошими, то и мне было бы хорошо. И он принимается перевоспитывать ближних, ибо сами они этого не сделают. Его логика такова: хорошее наступит тогда, когда будет уничтожено плохое. Вот он его и уничтожает.

**Человек с негативным образом мыслей** постоянно против этого протестует: «*Не желаю!*» То ему одно плохо, то другое и вообще все. Бывают люди, которые ни в чем не видят хорошее, и от них не услышишь доброго слова. Даже оказавшись на торжественном приеме

среди разнаряженных гостей и пребывая в приподнятом настроении, они не преминут обратить внимание на то, что у кого-то из присутствующих болтается пуговица, а у кого-то помялось платье. Они никогда не испытывают ни душевного покоя, ни душевного спокойствия. Подобное поведение вызывает у хорошего человека отчаяние, ибо сам он из деликатности постарался бы не заметить изъяна у другого хорошего человека, нашел бы ему какое-нибудь оправдание. Хорошие люди с одобрением относятся к деликатной речи о морали, сопутствующей подготовке к праздничному вечеру, однако на поверку результат оказывается обратным. *Хороший человек* попросту действует на нервы *плохому человеку*, и *плохой* ставит его на место, чем обижает *хорошего* до глубины души. Наступает день, когда у позитивного человека лопаются терпение, и он уходит. Наконец-то и он произносит: «*Не желаю!*» — и уходит, ибо не желает становиться негативным.

Если бы хороший человек любил плохое, то догадался бы спросить: «*Чего же он не желает?*» **Негативно мыслящий человек не желает плохого.** «Желаю хорошего» и «не желаю плохого» — это ведь **по сути одно и то же.** Различаются лишь слова, т. е. **форма выражения.** **Оттого-то позитивно мыслящий человек становится толстым, а негативно мыслящий — худым.** Скажите, каким образом можно сделать топ-модель из позитивно мыслящего человека? Только путем отчаянного самоистязания, голодания, труда до седьмого пота. Если топ-модель говорит, что не испытывает проблем с соблюдением диеты, значит, это просто человек с негативным образом мыслей, который на работе носит маску приятного человека. Негативно мыслящий человек может быть вполне миролюбивым и произносить свои негативные суждения вполголоса либо вовсе о них умалчивать, однако окружающим он неизменно действует на нервы. В Эстонии множество таких людей — серьезных, мрачных, замкнутых, потому я и постаралась понять, отчего они такие. Поглядела я на мир глазами негативно мыслящего человека и удивилась — хорошего он вообще не видит, ибо хорошее для него настолько естественно, что не бросается в глаза. Ведь это естественно, что на бал приходят в бальном наряде и с радостным настроением. На балу болтающаяся пуговица — разве нет? — выглядит неестественно. Зато плохое он видит словно через лупу либо под микроскопом. **Плохое подвигает негативно мыслящего человека на благие дела.** Ему кажется естественным, что плохое должно быть обращено в хорошее.

**Позитивно мыслящий человек говорит.** О чем? Разумеется, о хорошем.

**Негативно мыслящий человек делает.** Что делает? Переделывает плохое в хорошее.

Если бы мы потихоньку уменьшили свою позитивность и так же помаленьку негативность, то в сумме получилась бы вполне нормальная нормальность. Поскольку сами мы пока не умеем исправлять качество своей жизни, то за нас это делает жизнь. Позитивность, накапливаясь сверх меры, превращается в негативность. Для кого быть хорошим — вопрос жизненно важный, тот принимает скрывать свое плохое и заболевает. Заболевает также плохой человек, который уже не надеется стать хорошим, хотя и хочется.

Так у супругов, один из которых толстый, а другой худой, могут быть совершенно одинаковые внутренние болезни. Глядя на одну и ту же вещь, один говорит — хорошая, другой — плохая. Оба суждения являют собой оценку, которая остается у человека внутри. Хорошая, залежавшись, делается плохой, плохая уже и без того плохая. Оттого и развивается одинаковая болезнь. Если у таких супругов есть ребенок, желающий нравиться в равной степени обоим родителям, то он растет худым безо всяких диет, однако вероятно, что болезнь будет у него аналогичной.

Человек с хорошей фигурой может не бояться избыточных калорий в случае, если его желание нравиться людям приятным и нежелание нравиться людям неприятным более-менее между собой уравновешены. Теоретически это возможно. На практике же человек льнет либо к

хорошим, либо к плохим, отчего нарушается обмен веществ. **У кого позитивное мышление регулярно чередуется с негативным, тот стройный, но не здоровый.** Если у него пока еще не успели развиваться физические болезни, то наверняка уже имеются психические отклонения. Кто на все заявляет: «*Не желаю! Не желаю! Не желаю!*» — тот постоянно выплескивает свои нечистоты, идет дальше и вновь вступает в те же нечистоты, при этом протестуя. Не желаю вставать, не желаю ложиться спать, не желаю есть, не желаю быть голодным, не желаю приходить, не желаю уходить, не желаю так, не желаю эдак, не желаю того, не желаю сего – словом, сплошное недовольство. Если внимательно понаблюдать, оказывается, что человек выполняет все, потому что *должен*. У такого человека на костях мяса не нарастает. Зато наверняка возникают болезни головы и пищеварительного тракта.

**У толстых болезни пищеварительного тракта происходят оттого,** что толстые заставляют себя быть хорошими. **У худых болезни те же,** так как они заставляют себя переделывать плохое в хорошее.

*Ребенок, который вырастает в семье с негативным складом мышления,* наверняка не желает быть похожим на своих родителей. Он способен очень болезненно реагировать на плохое, тогда как окружающие причисляют его к людям с позитивным мышлением. Чем больше его хвалят за успехи, тем толще он становится. *Ребенок, который вырастает в семье с позитивным складом мышления,* наверняка боится оказаться хуже своих родителей. Чем сильнее страх, тем беспощаднее он ведет свою подрывную работу, и ребенок вырастает тщедушным и хворым. У позитивных родителей не должно быть плохого ребенка, поэтому такой ребенок отчаянно старается скрыть свою негативность. Его худоба может стать болезненной. Таковы, например, больные анорексией. *Желание быть хорошим* заставляет человека налегать на еду, а *отвращение к подобной жизни* вызывает рвоту.

Бытует мнение, что с негативно мыслящим человеком невозможно ужиться. Я же утверждаю, что такого человека можно даже любить, только его нужно принимать таким, каков он есть. И чем искренней Вы его любите, тем лучше понимаете его и тем явственней видите, насколько он облегчает Вашу жизнь. Но переделать его по своей мерке невозможно. Если будете пытаться, Вам же будет хуже. Если хотите ему понравиться, он не заметит Ваших ухищрений, и Вы опять обожжетесь. У таких людей есть еще одно качество – они по своей натуре верные и преданные.

**Негативность и позитивность являются оценочными суждениями материального уровня.** Если позитивно мыслящий человек преимущественно витает в облаках, то негативно мыслящий человек в первую очередь видит мелкие проблемы материальной жизни. В старину о позитивно мыслящем человеке говорили, что языком он способен выстроить целый город, а руками – ничегошеньки. Теперь это объявляется единственно правильным складом мышления, поэтому позитивные люди как бы имеют право навязывать свою позитивность людям негативным. В итоге **негативный человек перестает выискивать недостатки в материальной жизни и принимается выискивать недостатки в душевной жизни позитивно мыслящего человека.** Равновесия нет ни в том, ни в другом. В народе принято делить людей на два вида: на тех, кто мелет языком, и на тех, кто горбатит спину. Не все работники умственного труда относятся к первым, и не все работники физического труда – ко вторым. Человек наблюдательный понимает, кто есть кто. И вообще у нас у всех имеются в наличии обе грани.

**Позитивное мышление необходимо тогда, когда человек попадает в беду.** Например, когда необходимо поднять настроение человеку, внезапно попавшему в больницу и находящемуся в состоянии депрессии, иначе он может не выкарабкаться. Когда страхи рассеяны, у человека крепнет надежда, и он *мобилизует волю,* чтобы выздороветь. И лишь когда человек

избавляется от жалости к себе, с ним можно вести разговор о его ошибках. Не важно, какого ранга человек, попавший в беду, – высокого или низкого, в беде все мы одинаковы. Повседневная жизнь доказывает, что люди не верят в болезни тех, кто всем миром признан виновным, и не жалеют их. Никто не верит в их душевное страдание, все жаждут одного лишь возмездия, не понимая того, что эти люди уже наказаны. В такой ситуации крайне необходима позитивная настроенность.

*Если в беду попадает человек, мыслящий позитивно,* его легко вновь настроить на позитивность. Если же ему говорят, что ситуация для него безнадежна, позитивность может вывернуться наизнанку и задать жару всем сопричастным. Иными словами, берегитесь все, кто имеет привычку себя успокаивать и перебарщивать! Обиженность позитивного человека всегда опасна. *Если в беду попадает человек, мыслящий негативно,* с ним бывает легче справиться. Он не желает слушать Ваших увещаний, поскольку привык сам выкарабкиваться из беды. Если Вы будете доносить его своим желанием понравиться, он пошлет Вас подальше, куда Вы от обиды и отправитесь.

**Мужчина является творцом материального уровня,** поэтому у мужчин чаще встречается негативное мышление. Мужчина – это дух, в сознании которого живет потребность в духовности, однако он не может оторваться от земли, не укрепив до этого материальный уровень. Бог дал мужчине способность делать работу разумно. Мужчина думает и делает, делает и думает. Знания и чувства, т. е. мозг и сердце, находятся у мужчины в такой прямой связи, **что если работа ладится, то развивается и духовность.** Поэтому не стоит стыдиться негативного мышления мужа и не стоит беспокоиться, потому что это постепенно пройдет. Как и всякая плохая болезнь.

Душа мужчины чувствует, когда *мудрые знания начинают теснить разумные знания,* и исправляет свою ошибку, *если это позволяют ей сделать.* Если тело мужчины обращает все знания на созидание физического уровня, то это и есть проверка его знаний и восприятия. Все, что воздвигнуто мужчиной, будет стоять, если мужчине позволяют быть мужчиной. Помешать ему быть мужчиной может только женщина либо по-женски корыстолюбивый образ мыслей, присущий кое-кому из мужчин, поэтому не следует надеяться на милосердие ближних. *Нужно быть самим собой.*

Негативно мыслящий мужчина замечает любую вещь, требующую хоть малейшего исправления, и сразу принимается устранять неполадки. Он даже чует наперед, что вещь скоро сломается. Но если женщина со свойственной ей умелостью искусно маскирует возникший у вещи дефект, ей может не поздоровиться.

Эстонский народ смог уцелеть благодаря негативно мыслящим людям, особенно мужчинам, ибо суровая внешняя форма не означает отсутствия душевного содержания. За последние годы видимой свободы, за годы позитивности численность населения заметно сократилась, поскольку мы перестаем быть эстонцами. Мы все больше становимся чуждыми для себя европейцами либо американцами, не осознавая того, что **эстонская земля дала нам язык, которым определяется своеобразие национальной души.** Американец не может быть счастлив в Эстонии, если он не сливается воедино с душой страны, или, иначе говоря, если он не начинает думать на этом языке. Испытывать радость возможно, но не счастье.

В нашей стране много людей, не говорящих на ее языке. Они, вероятно, родились здесь и выросли, учились в школе и работают, однако не сумели выучить эстонский язык. Почему? Если Вы скажете, что они лентяи, то ошибетесь. Причина заключается в страхе. Малые народы охотно изучают языки больших народов, поскольку малому нравится ощущать себя большим. **В большом сидит страх оказаться малым.** Особенно если численность не так давно позволяла относиться к малому народу с высокомерием и горделивостью. Это – проблема для всего мира, и

было бы глупо винить в этом ближайших соседей.

**Бог дал мужчине способность правильно выстраивать по времени и по ранжиру свои земные работы.** Это значит, что мужчина может быть занят десятью делами, а тут жена вдруг подбрасывает еще одно, чрезвычайно срочное. А вслед за ней и соседка. Настоящий мужчина, для которого незавершенная работа является негативностью, не позволит себе отвлекаться на просьбы. «Да сделаю я», — говорят обычно такие мужчины. И, может быть, добавляют: «Куда спешить?» Женщин это злит.

Мужчина размышляет и осиливает первую работу. Если женщина видит это, то наверняка сетует: «Он никогда не делает то, что я говорю. Какое бы дельное предложение я ни сделала, он притворяется, будто не слышит. Столько важных дел накопилось, а он возится с мелочами». Женщины воспринимают свои желания как мудрые и важные, а мужчины как бы напрочь лишены разума. И лишь когда ситуация накаляется до состояния войны и жена начинает одерживать верх, муж бросает за борт и жену, и ее дела. Когда именно мужчина отвергнет женщину, зависит не только от мужчины.

Итак, чем больше жена причитает, тем вероятнее, что мужчина и не станет доводить начатое дело до конца. А отправится, например, в кабак. Либо на поиски менее требовательной женщины. Будь у женщин терпение понаблюдать за выполнением одной работы от начала до конца, они бы увидели, что благодаря этой пустяковой работе проделывается добрая половина другой работы. А другой работой проделывается 2/3 следующей. А третьей проделывается 3/4 четвертой. Четвертой — 4/5 пятой; пятой — 5/6 женских желаний. И желанием женщины выполняется 6/7 следующей мужской работы. А там и 7/8, 8/9, 9/10 и так до конца. Ведь ремонт автомобильного двигателя не начинают с помыва машины, как это норовят делать женщины, убирая квартиру.

**Мужская работа конкретна и четко разграничена, как и материальный уровень.** Нарушение очередности запоролло бы всю работу. **Женская работа безгранична, как духовный уровень.** Женщина создана для любви. Не важно, в какой очередности ты любишь, любовь всегда остается любовью. Причем любовь эта вмещает в себя все женские работы. Всем нам следовало бы знать различия между противоположными полами и их **учитывать**, тогда каждому стало бы легче жить. Тогда женщина смогла бы порадоваться: «Ой, ты уже сделал! Когда же ты все успел?»

Подобный приятный сюрприз выпадает женщинам лишь тогда, когда они настолько заматываются своими делами, что у них не остается времени командовать мужьями. Если бы женщины умели сделать из этого вывод! Вместо того они только и знают, что повторяют типично женскую фразу: «А я ничего еще не успела сделать». Эта фраза означает, что то, что женщинам нужно сделать, действительно не сделано, а то, что должно сделать — сделано. Если что-то делается без любви, оно все равно как бы не сделано. «Мне некогда любить, мне нужно кормить семью», — желаете возразить Вы. Если бы Вы только уяснили, что для любви не нужно времени. Нужно относиться к работе с любовью, и все делается быстро и легко. Еще и ближние предложат свою помощь. Если Вы надрываетесь, ненавидя ближнего, то Вы автоматически переносите ненависть и на работу, и Вам не имеет смысла говорить, что работу Вы любите. На деле же Вы цепляетесь за работу, как за спасательный круг, и используете ее как отдушину для своей ненависти, иначе стали бы бросаться на людей. Если жена старается из благих побуждений обратить взор мужа в нужную сторону, то муж переводит взор с недостатков в домашнем хозяйстве на недостатки жены. Мужчина, который придиричиво приглядывается к телу жены, ее разуму и душе, перестает замечать хозяйственные проблемы. Он старается переделать жену и, если терпит неудачу, отправляется искать женщину получше. Поэтому, *женщины, любите мужа таким, какой он есть, тогда муж будет, делая свою работу, любить Вас.* Если же Вам угодно,

чтобы он не сводил с Вас глаз и без конца хвалил, Вам придется ждать долгие годы. Возможно, и не дождетесь. Если Вы желаете нравиться мужу своим умом, то становитесь назойливой, и муж, который обеспечил материальную основу для Вашего ума, выбьет эту основу из-под Ваших ног.

Мужчины! Возблагодарите Бога и будьте к женам хоть чуточку снисходительнее. Не обзывайте их постоянно дурами, слабоумными и другими оскорбительными словами. Запомните – у Вашей *жены ровно столько здравомыслия, сколько нужно ее мужу*, т. е. Вам. Если Вы уважаете себя, то уважайте и жену, и тогда рассудительность жены получит возможность проявиться. **Ведь женская рассудительность является, по существу, основой для мужской рассудительности.**

Человек, желающий понравиться, хочет, чтобы объект его внимания заметил и оценил его старания. На самом деле далеко не все так гладко, как хотелось бы, и человека вскоре охватывает неудовлетворенность. Неудовлетворенность я стала подразделять на позитивную и негативную, лишь когда обратила внимание на то, что неудовлетворенность способна сделать одного и того же человека естественным либо неестественным, а то и чужим. Я стала замечать, что неудовлетворенный человек в беседе со мной может оставаться самим собой, но как только поблизости оказывается супруг или ребенок, он преобразуется до неузнаваемости. Человека словно подменили. Эту особенность я заметила у многих и начала разбираться, что она означает.

Поначалу я думала, что, возможно, собственной неудовлетворенностью я провоцирую неудовлетворенность пациентки, но это оказалось не так. Затем я *подумала*, что пациентка хочет мне понравиться и потому критически отзывается о супруге и детях, хотя своего мнения я не выражала. Когда я *взгляделась*, то поняла, что это – не только желание понравиться мне или со мной соглашаться. Налицо было типичное стремление сверх-критически настроенной женщины казаться совершенной по сравнению с мужем. Чтобы понравиться кому-то третьему.

Чем больше людей вокруг, тем чаще человек становится чужим для своих, покуда не утрачивает свое естество. «*Ты стал какой-то чужой*», — говорят такому человеку, и тот обычно обижается, так как подсознательно каждый желает оставаться самим собой, то есть человеком. Собственное отчуждение человеком не ощущается и не признается, поскольку он успел перенять у окружающих их склад мыслей, перенял из благих намерений. Отсюда частые обиды и ссоры. Если человеку, достигшему больших высот, говорят, не покривив душой: «*Ты с годами вообще не изменился*», это означает, что человек сумел остаться самим собой и таким совершенствоваться. В то же время человек, отчаянно старающийся себя изменить, делает в некий момент ужасное открытие: я вовсе не изменился. Мои проблемы никуда не делись. Желание измениться вынуждает человека менять себя, но он не сознает того, что всякое насилие автоматически включает систему самозащиты. В итоге – ни малейшего изменения ни сейчас, ни в будущем, сколько ни старайся.

**Позитивная, она же естественная, неудовлетворенность** являет собой отношение к неувоенным урокам из своих предыдущих жизней, для усвоения которых человек выбирает родителей с теми же стрессами, что и у него. Покуда они не помогут обрести ясность, человек будет искренне неудовлетворен своими незавершенными делами. Когда такой человек выражает недовольство чем-либо, ему не говорят, мол, не суй свой нос в чужие дела.

**Негативная, или неестественная, неудовлетворенность** имеет место, когда человек перенимает чужое отношение, чужие суждения, поскольку желает нравиться ближним. Отношение к кому-либо, имея подобную неестественную мешанину стрессов, делает человека неестественным. Домочадцы, друзья и знакомые чувствуют, что родной человек становится чужим. Это чувство может возникнуть в середине разговора. При более тесном знакомстве с

этим человеком можно даже определить, кто на него влияет, кто для него авторитет.

Так, если жена часто меняет подруг, ее муж может ощущать себя женатым на подружках жены. Он отмечает это и делает верный вывод, но если у жены одна-единственная подруга, то трудно понять, отчего происходит отчуждение. Из желания нравиться подруге жена и с мужем начинает вести себя как с приятелем, эдакой подружкой, и он чувствует, что жена уже не та, что раньше. Муж приходит к выводу, что ошибся в жене. Мужчина, ставящий жену перед выбором: либо я, либо подруга, частенько оказывается в проигрыше.

О том, как воздействует желание понравиться на мужчин, известно меньше, поскольку мужчины более четко разделяют дом и работу. Также у мужчин отсутствует природное желание похвалиться домом и семьей. Они воспринимают дом скорее как место проживания, хотя в конце века мужчины несколько феминизировались. Так, жене может казаться, что она живет под одной крышей с претенциозными друзьями мужа даже тогда, когда их нет в гостях. Куда подевался тот славный, доверчивый паренек, за которого она выходила замуж, покоренная именно этой милой доверчивостью? Его нет. Вместо него какой-то чужой прожектер.

Мужчина становится *ощутимочужим*, когда желает понравиться другой женщине. Никто не знает, никто ничего не видел и не слышал, но о появлении соперницы собственная жена знает наверняка, ибо мужа как будто подменили. Сам муж этого не замечает и потому считает, что и жена тоже этого не видит. Точно так же меняется жена, если ей приглянулся другой мужчина. До физической близости, возможно, и не доходит, однако человек меняется. Это означает, что меняется незримая сущность человека, и это бросается в глаза. Изменение, происходящее с женщиной, более заметно, чем изменение, происходящее с мужчиной, ибо с появлением новой любви женщины расцветают. Потому ревнивые мужья и следят придирчиво – не слишком ли жена вырядилась?

### **Пример из жизни**

Была у меня в прошлом знакомая, сильно желавшая мне понравиться, потому что считала, что я могу поспособствовать ее повышению по службе. Она стала зазывать меня в гости. Как-то раз я собралась и пошла. Посидела в гостях минут пятнадцать, как пришел ее муж. Я привыкла называть мужа хозяином, женщина же зацепилась за это слово: *«Тожe мне хозяин, никакой он не хозяин!»* В этой семье верховодила жена, о чем я прежде не знала.

Муж явился слегка навеселе, смиренно принес кулечек конфет, чтобы нас порадовать. Он подмигнул заговорщически, желая поднять настроение. Это было действительно кстати, поскольку я ощущала себя достаточно неуютно. Тут такое началось. *«Ах ты, старый алкаш, вечно ты где-то шляешься!»* И так далее. Положим, до старика ему было еще далеко. Я спросила у женщины: *«Он что, куда-то опоздал?»* – *«Конечно, его рабочий день закончился в пять!»*

Было четверть шестого, тогда как место работы мужчины находилось в 15 километрах от дома. Я спросила: *«Он у тебя самолетом добирается туда и обратно?»* —стараясь обратить все в шутку, ибо не слишком приятно оказаться свидетелем семейной ссоры. Женщина шутку не оценила, а муж укрылся в своем убежище – на кухне. Последовал монолог жены, который я неожиданно для себя прервала словами: *«Знаешь, если бы я вела себя так, мой муж давно допил бы до смерти»*. И я ушла. Естественно, дружба, на которую женщина рассчитывала, не заладилась. Я приобрела врага, чье коварство я чувствовала и опасалась, не желая, однако, в него поверить, поскольку по наивности верила в добро. Из-за этой женщины мне пришлось много пережить, но она, как никто другой, преподнесла мне нагляднейший урок лицемерия, доносительства и лжесвидетельства. Благодаря ей моя жизнь резко изменилась, и я стала в большей степени сама собой.

Женщина созидает духовный мир, поэтому негативно мыслящая женщина плохое видит прежде всего в человеке. Мужчина может обругать тебя последними словами за *то, что ты сделал*, а женщина ругает за *то, что ты – плохой человек*. Дальше слов дело не доходит, так как разгорается жуткая ссора. Реакция на женскую оценку бывает болезненная потому, что ни один человек, ни одно духовное существо не бывает ни хорошим, ни плохим. Оценивание человека означает его уничтожение. Есть такие, кто позволяет себя уничтожить, а есть и такие, кто не позволяет.

### **Позитивно настроенные люди делятся на две категории:**

1. Те, кто подавляет свои желания во имя душевного покоя. 2. Те, кто не успокаивается душой прежде, чем добивается желаемого. Фактически они получают лишь душевное спокойствие, а не покой, да и то на время.

В приведенном выше примере речь шла о человеке, подавившем в себе не только желания, но и потребности. Его образ мыслей, покорность и нетребовательность сформировались под воздействием *страха «плохой я никому не нужен»*. Активная часть позитивно мыслящих людей провоцируется *страхом «меня разлюбят, если я буду плохим»*. Себе они считают, что творят добро и что без их понуканий ничто не сдвинется с места. Они относятся критически ко всем, на кого взирают свысока. Они не думают о том, что люди, записанные ими в негативные, должны давать им то, что желают они, хорошие люди.

Они бывают *чрезвычайно приятными* людьми, если имеют все, чего желают. Поскольку впечатление от материального благополучия создают люди позитивные, то человек, который попадает на время из своего *земного* ада в *земной* рай, может от восторга сойти с ума. Вы, вероятно, помните, что ***переизбыток негативной энергии вызывает физические болезни***, тогда как ***переизбыток позитивной энергии вызывает болезни душевные***. Человеку, цепляющемуся за позитивность, невдомек, что то, что он делает, не приносит счастья. А приносит лишь радость.

Желание и нежелание связаны между собой. Если кто-то кричит: *«Не желаю!»* —мы в этом крике слышим и ощущаем злость. Если те же слова человек произносит очень спокойным голосом, при этом объясняя и обосновывая вредность обратного желания, мы не воспринимаем это как злость. Тем не менее желание – это злость, а отрицание желания – злость еще большая, ибо она являет собой сокрытие злобы. Крикун выплескивает злобу из себя, а «утайщик» прячет ее в себе, культивирует и тем самым притягивает то, на что злится. В какой-то миг переполняется и его чаша терпения.

Если крикун *изо дня в день плюет своими словами в лицо ближним, то владеющий собой интеллигент плюет ближнему в сердце в минуты кризиса*. Ни тот, ни другой не осознают, что в ближнем они видят себя и оскорбляют опять-таки себя. Первый из-за своего поступка зарабатывает головную боль, а второй – insult и паралич.

**Предельно скрытая злоба норовит дать о себе знать в виде *назойливых наставлений, в виде стремления поучать***. Умный человек знает все, но не умеет употребить свои знания в повседневной жизни. Больные любят посудачить о том, чего делать нельзя и не следует, и о том, как бывает плохо, когда люди все же поступают по-своему. Сами они болеют, ибо поступают точно так же, но не сознают этого. *В ближнем они видят себя, но не узнают*. И только сторонний наблюдатель говорит: ***один бранит другого, а рыльце в пушку у обоих***. Поэтому следует научиться видеть себя со стороны.

По роду своей деятельности я изучаю и выслушиваю больных, и *если их стрессы не вызывают во мне особых эмоций*, то они не прилипают ко мне и тотчас стираются из памяти, когда человек покидает приемную. Это значит, что я *свободна от данного стресса*. Не отрицая наличия у себя ни одного из стрессов, наблюдаемых у ближних, я освобождаю их, одновременно

наставляя пациентов. Мне повезло в том отношении, что учебный материал сам является ко мне домой.

Бывают дни, когда я ни разу не высказываю оценок ни людям, ни их поступкам. Это значит, что во мне нет тех стрессов, что присутствуют у пациентов, посетивших меня в этот день. Приятно сознавать, что в данный момент я не притягиваю к себе те болезни, что были у сегодняшних пациентов. Вероятно, Вы заметили, что я не случайно сказала «в данный момент». Это не означает, что я не притяну их никогда. Оттенки либо нюансы принципиально того же стресса я начинаю ощущать, когда вновь соприкасаюсь с этой энергией уже на более высоком уровне развития. А это значит, что *нужно постоянно контролировать* свои чувства, мысли и слова, иначе совершишь неправильный поступок. Если работа над собой превращается в образ жизни, это не вызывает напряжения, т. е. это не трудно. Все имеет хорошую и плохую стороны. Когда нет стресса – это хорошо. Когда я вижу, что человек не понял сути проблемы, а также вижу, что эта же проблема не ясна множеству других людей, я понимаю, что об этом нужно будет снова подробно рассказать в книге, однако забываю, поскольку это уже не мой стресс. Если у меня этого стресса нет, то стресс ближнего проходит сквозь меня, не оставляя следов. Чтобы о нем не забыть при написании книги, приходится делать заметки на бумаге. Забывчивость может казаться недостатком, но на деле она имеет и положительную сторону.

Этот факт еще раз подтверждает истину, а именно: все, что человек делает, он делает для себя. При написании первой книги мне не нужно было напрягать память, слова сами собой ложились на бумагу, будто я описывала свою любимую мозоль. Перед тем как приступить ко второй, я время от времени записывала вертящиеся в голове мысли. При написании третьей я в конце рабочего дня частенько делала пометки, которые затем либо включала в книгу, либо отметала. Сейчас иногда случается, что в присутствии пациента я обрываю себя на полуслове и записываю ключевое слово. Да, **правильно говорят, что, если человек все еще учит, у него есть чему поучиться самому.** Христос не написал ничего, ибо учил любви и прощению. Сократ – отец философии также не написал ни строчки, за него это сделали другие, ибо это было им потребно. Да и у нас в этом есть потребность.

Это длинное вступление я написала для того, чтобы обратить внимание на невидимую подоплеку нежелания. Есть жены, которые не желают понукать мужем, поскольку не хотят его унижать. Либо уже не желают, так как осознали свои ошибки. Однако, вопреки ожиданиям, их жизнь не становится от этого моментально легче. Почему? Потому что, *если люди не раскрывают друг другу душу, не рассказывают словами о переменах в своих взглядах, проходит много времени, прежде чем ближний уловит эту перемену и с ней свыкнется.* Это все равно что свыкнуться с новым супругом. Следует учитывать и то, что ослепший и отупевший от страхов человек не видит произошедшей с ближним перемены, если не меняется сам – ведь в ближнем он, как и прежде, видит только себя. С человеком обязательно нужно поговорить.

Поскольку большинство эстонцев не раскрывают свою душу, особенно если ближний ранее причинил боль, приходится очень долго ждать, пока люди почувствуют произошедшую в человеке благодатную перемену. Хватит ли у Вас терпения этого дожидаться? Если Вы торопитесь, то не хватит. У спешащего никогда не хватает долготерпения, поэтому разумнее было бы заговорить самому и словами выразить свои потребности. Если Вы высвободили достаточно много желаний, то с уст как бы само собой слетит чудодейственное: «*Мне нужно*». Если человеку действительно что-то нужно, ему идут навстречу. Если же Вы желаете этой фразой обмануть ближнего, то Вы оскверняете священную потребность и получаете особенно болезненный ответный удар.

Например, Вам нужно повесить что-то на стену и Вы желаете вбить в стену гвоздь. Элементарно вбить, а не высверлить в бетонной стене дырку. Вы уже подыскали славный

маленький сверкающий гвоздик, достали молоток и просите мужа загнать гвоздь в стену. Муж начинает ворчать – типа того, что опять этой женщине невтерпех, только отвлекает мужа от важных дел. Вы бы и сами справились с этой работой, однако решили уважить мужа, и вот тебе на. Вы обижены до глубины души, особенно потому, что давно позабылось то время, когда муж делал что-либо по Вашей просьбе либо когда Вы последний раз ему мешали.

Вы стоите, испытывая **бессильную жалость к себе**. Руки повисают плетьюми, на глаза наворачиваются слезы, но даже заплакать нету сил. Вас охватывают необъяснимое оцепенение и апатия, о гвозде и не вспоминаете. Муж берется за молоток, чтобы поскорее спихнуть докучливое дело. Почему он так себя повел? Если бы Вы знали, с какой властной женщиной ему пришлось недавно столкнуться и насколько она вывела его из себя, Вы бы не стали об этом спрашивать. Была ли это его мать, которая надела на своего мужа либо сына со своими желаниями? Или соседка, которая обошлась точно так же со своим мужем? Либо сотрудница или начальница? В любом случае, мужчина повел себя на манер испуганного человека: запротестовал против желаний женского пола. Да, он ударился в обобщения и перегнул палку, но если Вы уясните себе, что протестовал не он сам, а его страх, и протестовал не против Вас, а против Вашего *желания*, Ваша обида улетучится.

Если Вам бросается в глаза дурное настроение ближнего, неприятная ворчливость, странное угловатое поведение и Вы спрашиваете себя: «*Что с ним происходит? Что терзает его душу? Какой в этом подтекст для меня? Вдруг я смогу ему помочь?*» — то Вы чувствуете ответ. Человек этот не задевает Вас, не пугает, не злит, не раздражает, не вызывает желания ему насолить, не рождает у Вас огульного обобщения, что он и есть такой. Тем самым Вы делаете хорошо себе, да и ему становится немного лучше.

Если забивание гвоздя составляло бы Вашу истинную потребность, муж не стал бы протестовать. Мужской протест может быть столь великим, что перерастает в *желание делать все наперекор женским желаниям*. В этом случае муж идет и заменяет принесенный Вами славный маленький сверкающий гвоздик на некрасивый большой черный шуруп. Да, этот шуруп непригляден, ему место в стене сарая либо бани. Да, он не выполняет того предназначения, которое Вы ему уготовили, и теперь придется как-то замаскировать его от посторонних взоров. Он постоянно лезет Вам на глаза, и Вы считаете, что другим и подавно. Вы желали красоты, а получили уродство. Муж, возможно, тоже не очень доволен тем, как получилось, однако на это его подвигнул протест, и он ничего не мог с собой поделать. Себе он еще может признаться в собственной неправоте, но только не жене, ибо *признание в том, что работа была сделана со злостью, вызывает чувство унижения*, унизиться же перед женщиной ни один мужчина не желает. Вернее говоря, ему нельзя этого делать, ибо мужчине на материальном уровне предназначена роль главы семьи.

При повторении аналогичных ситуаций испытываемая Вами **печаль бессилия** и **обида унижения** может однажды достичь критической черты, и Вы заболете. Вы можете сказать, что всему виной проклятый гвоздь, однако злитесь все же на мужа. Если в своей положительности Вы так не думаете, то подсознательно все же ощетиливаетесь против мужа, и он не станет появляться по своему почину возле постели, куда Вас уложила болезнь. Если попросить его об услуге, он ее выполнит, но тут же поспешит удалиться по важному делу. Почему? Потому что Вы его вините, и он это чувствует. Он *не желает быть виноватым* — он *боится оказаться виноватым*.

Почему не заболел муж? Потому что выплеснул наружу свой протест. Сперва интонацией и словами, а когда это не помогло, весь свой гнев обрушил на шуруп. Муж добился, чего желал – возможности излить обиду, вызванную самоуправством женского пола, на конкретного его представителя. Что с того, что это была его собственная жена, в данный момент не виноватая ни

в чем. Вы же ничего не добились. Хотели по-женски создать красоту, а результат непригляден, хотя шуруп – вот он, в стене.

Многовековая униженность женского пола верховенством мужчин по праву более сильного вылилась в виде воспаления. Вполне естественно, что воспаление это гинекологическое. Не важно, как долго продлится Ваша болезнь. Если один из вас не осознает своей ошибки, то не осознает и другой, и через некоторое время эти стрессы снова накопятся у вас обоих, и все повторится вновь из-за очередного пустякового инцидента, либо эти стрессы будут копить силу для болезни посерьезнее.

*«Что же делать? Сидеть сложа руки и смотреть, как дом зарастает грязью? Жить в пещере и радоваться, что над головой крыша, что стены не падают и что сами, слава Богу, еще живы?»* —спросите Вы. Нет, этого не надо. Высвободите свое желание *наводить в доме красоту*,и тогда Вы не будете стоять перед мужем с виновато-пристыженным видом, ощущая унижение за то, что приходится его беспокоить, и не будете тем самым унижать мужа. И уж тем более не станете с горделивостью отстаивать свои права. И, что было бы еще хуже, не станете забивать этот гвоздь сами. Любой мужчина со стрессами впадает в ярость при виде того, как женщина забивает гвоздь, либо при виде уже вбитого гвоздя. Если Вы беретесь за молоток, муж может вырвать из Ваших рук гвоздь и вбить его наперекор Вашему желанию не туда и не так, как Вы желали. Муж отомстил Вам посредством гвоздя. Он дубасил по гвоздю, словно дубасил Вас, и Вы это чувствовали. А сами разве не отомстили ему тем, что стали забивать гвоздь? Отомстили, и еще как. Муж со злостью сделал свое дело. Вы допустили более серьезную ошибку, но не признаете этого и потому заболели.

Конец ознакомительного отрывка книги

[Скачать полный вариант книги](#)