

Лууле Виилма

*Тепло
надежды*

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 первая часть третьей книги.

Перевод: Ирина Рююдья

Виилма Лууле

К читателю

Заметить и пробудиться

В жизни всему есть свое место

О душевном увядании

О правах и обязанностях

Псевдопонимающие

Путем наименьшего сопротивления

О грамотеях, не умеющих читать

Что есть хорошо и что есть плохо?

Закон производит гнев

Об униженности

И ноша твоя тяжела...

Нежелание – тормоз движения

Наедине с нелицеприятной правдой о себе

Жизнь как клубок страхов

О печали и жестокости

Умерщвление печали

Эта безумная, враждебная жизнь!

Плач «про себя»

Научись общаться с печалью

О смелости и трусости

Двуличие интеллигентности

Об отравлении чувств

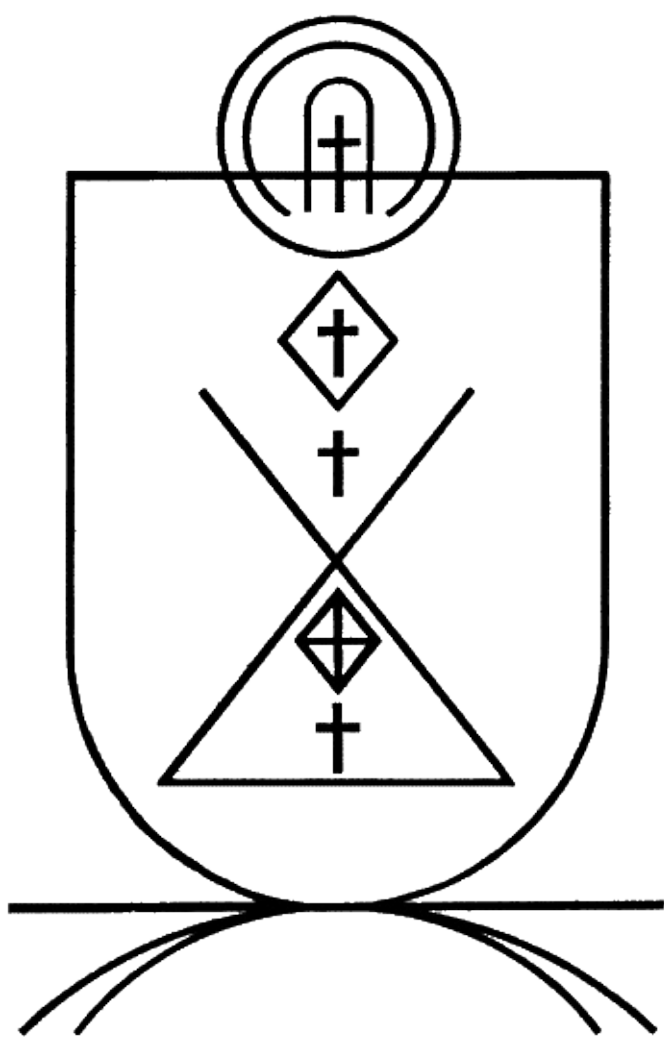
Опасный ум

Когда производится окончательный расчет

Виилма Лууле

Тепло надежды

Посвящается тем, кто хочет понять



Стремление

«Я беру Твою руку и гляжу в Твои глаза, где отражается Душевный свет – это Твоя истина, которую Ты в данный момент несешь в себе. Лишь Ты и только Ты в силах распознать величие истины в себе, что является мерилom Твоего Душевного света.

Но кому дано видеть свой Душевный свет, тому дарована способность посредством него разговаривать – общаться с собой и со Всеединством. Прошу – открой свою истину Всеединству и самому себе, чтобы усилить Душевный свет, чья ясность и сияние зависят от осознания Тобой любви.

Через осознание и постижение любви Душе даруется искупление.

Искупление есть узнавание истины на пройденном доселе пути заблуждений. Открой в себе истину любви, и от Всеединства Тебе будет ниспослано искупление. Ищи истину и обретишь искупление через Свет любви».

...

Важно не то, кто причинил мне страдания, а то, что является причиной моих страданий. Кто хочет собирать плоды, что растут в здешнем саду учения, тот должен превратить всю свою жизнь в беспрестанные упражнения. Бо Ин Ра

К читателю

Уважаемый читатель!

Свою книгу начну с краткого обобщения предыдущих, чтобы напомнить подзабывшиеся принципиальные вещи и тем самым сделать систему исправления мыслей более доходчивой и

логичной. Иначе Вам может показаться, будто книга куплена зря, или, что еще хуже, она вызовет Ваше неудовольствие. Ведь все, что человеку понятно, является также и приемлемым, а о том, чего не понимают, говорят: «*Это плохо*». Тем самым реализация многих добрых вещей отодвигается в далекое будущее. А человек продолжает в то же время мучиться, находясь в плену старого, отжившего свой век – будь то рабочий инструмент или привычка, закон или укоренившийся обычай. Жизнь принципиально проста. Все то многообразие, которое мы именуем жизнью, строится исключительно на удивительно крошечной и потому невидимой частичке – энергии любви, материальность которой уже открыта физиками-ядерщиками и доказана скептикам. Это есть энергия **смысла жизни**, или бытия. Одним словом, **энергия мысли**.

Жизнь человека не что иное, как поиск смысла жизни. Счастье – это нахождение смысла жизни, нахождение Любви.

Таким образом, энергия мысли является материальной, но поскольку она не видна глазу, то ее до сих пор считали нематериальной. Тайное ведь остается тайным до тех пор, пока загадка не разгадана. Чудеса остаются чудесами, пока не будет постигнута их сущность. Мало-помалу выясняется и невидимая сущность болезней, и их излечение при помощи мысли обретает логику. Как говорится, время ставит все на свои места. Покуда же приходится черпать вдохновение из сознания того, что теория и должна предшествовать практике.

Каждый человек направляет своей мыслью энергию, из которой он сам состоит. Каждый человек вызывает изменения в самом себе, не умея этого увидеть и не смея в это поверить.

Воздействие мысли подобно ушату воды, вылитому на раскаленные камни. И человек вдруг понимает, что за его мыслью последовал соответствующий ей поступок. Хорошо, если люди осознают это и уже не повторяют совершенной ошибки. В основном же мысль воздействует исподволь, и потому ее материальность вызывает сомнение. Поскольку характер человека представляет собой определенную совокупность свойственных человеку постоянных идей и она считается неизменной, то при непрерывном повторении одних и тех же мыслей из песчинок вырастает гора. Гора – та же болезнь. Величине горы и ее своеобразию соответствуют величина и своеобразие болезни. Исцеление мыслью подобно растаскиванию этой горы песчинка за песчинкой. Кто в состоянии наладить собственную целесообразную систему транспортировки своих песчинок, тот легко справится с этой работой. Это означает, что он способен развеять по ветру целый совок песчинок, или, иными словами, резко уменьшить масштаб своей болезни. А тот, кто надеется растащить свою гору чужими руками, тот может плакать, молить, клянуть, требовать или повелевать, но помощи он так и не дождет, – только поучения. Свой образ мыслей человек может изменить лишь сам. Исключения составляют маленькие дети, не обладающие самостоятельным мышлением, – их мир мыслей и жизнь формируются матерью.

Изменение мира мыслей называют изменением самого себя. Якобы это является величайшим и наитруднейшим изменением. Я бы так не сказала, поскольку пытаюсь *не изменять себя, а изменяться*. Иначе говоря, насилие над собой стараюсь заменить на потребность делать хорошее для себя. Такой вариант опять-таки будет неприемлем для человека скептического, со старым складом мышления, который хочет всего добиться лишь физическими усилиями, но это уже его проблема. С Вами же, людьми будущего, стремящимися к самосовершенствованию, людьми, желающими познать себя – коих на свете 51 %, – мы вместе пойдем дальше.

Если первичная энергия движется в своей *невидимости*, то в зримости ее именуют энергией любви, а если она в своей *невидимости* пребывает в неподвижности, то в зримости она именуется злобой. Таким образом, **проблема заключается лишь в видении, или отношении,**

которое мы формируем при помощи видения. Видению следует учиться у тех, кто видит эту невидимость и искренне в нее верит. Подчеркиваю: **нужно учиться, а не верить вслепую.**

Жизнь человека – это всего-навсего урок, для усвоения которого мы по своей доброй воле являемся на этот свет. Жизненный урок – это время познания чувства. Жизнь за жизнью, урок за уроком – так и накапливается жизненная мудрость. Из всех своих жизней в цепи возродений, или реинкарнаций, мы берем с собой жизненную мудрость – рассудительность. Она служит нам опорой в каждой из последующих жизней, даже и когда мы практически ничему новому не научаемся. Разум нынешней жизни не помнит жизней предыдущих, но кто верит в их существование, тот часто примечает у себя неизвестно откуда взявшуюся рассудительность и понимает, откуда она берется.

Современная цивилизация, – истоки которой, овеянные туманными теориями, уходят в глубь веков и воспринимаются с неверием и раздражением как атеистами, так и религиозными фанатиками, – является той самой большой школой материализма, или одностороннего видения жизни, которую мы проделали почти до конца – урок за уроком, из класса в класс. Кто не желает пройти повторный курс обучения в той же школе, где учатся по методу проб и ошибок, т. е. через страдания, у того есть право по своей доброй воле перешагнуть через порог манящей высшей школы либо не делать этого. Высшая школа – школа посложнее. Чтобы там учиться, нужно не бояться ее. Чтобы ее не бояться, нужно освободиться от своего страха. Кто понимает, что жизнь движется только вперед, и считает это правильным, у того и меньше страх перед будущим. Иными словами, кто правильно рассуждает о жизни, у того жизнь не застопорится.

Наибольшей проблемой современной цивилизации является неумение общаться, то есть неумение с пониманием относиться к жизни, то есть неумение любить без условий. То есть неумение правильно думать. Кто не разбирается в законах жизни, тому действительно трудно любить ее без условий, хотя сердце и говорит, что так надо.

Законы жизни просты:

1) Все сущее есть Бог, он же Всеединство, образующее различные структуры из крошечных частиц энергии и пребывающее в состоянии постоянного изменения. Это изменение есть уничтожение старого и возникновение, или рождение, нового из той же энергии, из какой состояло старое. Ничто не возникает из ничего, и ничто не уходит в небытие. Изменяется лишь внешняя форма существования – тело.

2) Во всем заключено Божественное триединство: дух, душа и тело. Эти три составные части есть и у предметов, обычно считающихся неодушевленными. Жизнь управляется духом, который всегда находится в пути и не дает себя ничему потревожить. Уроки преподносятся душой. Вдвоем они составляют духовную, или невидимую, сторону нашего нынешнего уровня развития. Наша плоть и кости являют собой физическое, зримое и потому признанное за истину тело, которое идет в будущее, движимое волей духа и силой души.

3) Человек – единственное мыслящее создание на Земле. Он является венцом творения природы, закономерным продолжением развития, поэтому его именуют сыном Божиим, которого Бог создал по своему подобию. Эта символическая мысль обозначает желание Бога помочь человеку в его постоянном и непрерывном самосовершенствовании, или развитии. Кто впускает в себя Бога, тот с птичьей легкостью взбирается в гору; кто не впускает, тот идет тяжелой дорогой страданий.

Бог есть постоянно развивающееся и совершенствующееся совершенство – открытое сознание, которое его сын лишь учится постигать. Отец дает. Проблема заключается в том, что сын не умеет понять отца и потому отказывается брать. Из-за неверия хорошее кажется ему плохим, а плохое хорошим. Чтобы постичь доброту отца как истину, сыну необходимы страдания, которые неизбежны, когда человек настаивает на своей правоте, и необходимо время,

чтобы над ними поразмыслить.

4) Природа, она же Бог, не ведает насилия. Она предоставляет каждому возможность выбора. Человек, который верит в то, что сердце Бога находится в сердце верящего, выбирает более легкую дорогу. Кто Бога отрицает, тому выпадают страдания: он выбирает дорогу потруднее. Кто верит в Бога, а сам страдает, тот, следовательно, в Бога не верит. Он лишь полагает, что верит. Полагать – не значит «быть».

Догматизм, в том числе догматизм религиозный, стал тормозом на пути развития человечества. Кто хочет идти вперед, тому следует освободиться от всякого догматизма, от косных представлений.

5) Мнение есть предположение, в которое человек хочет верить. Правда жизни состоит в том, что все имеет две стороны. Не бывает плохого без хорошего, как не бывает хорошего без плохого. Кто видит лишь одну грань, тот ошибается и страдает. Слепая вера уже недостаточна для уровня развития современного человека. Настало время верить в соответствии с потребностями рассудительного человека. Если человек не осознает свои истинные потребности и не реализует их сам для себя, то счастливым он не станет.

Покуда человек не научится видеть целое, ему необходимо несчастье, чтобы ценить счастье: ему необходимо плохое, чтобы оценить хорошее.

6) Все начинается с мысли. За хорошей мыслью следует хорошее последствие, за плохой – плохое. Если плохое последствие человеком не исправляется, то возникает долг кармы, и его искупление, если человек действует по-глупому, происходит через страдания. Произойдет ли это в нынешней жизни человека через собственные страдания либо через страдания последующих поколений, либо же в будущих жизнях того же человека, – зависит от того, когда человек возместит свой долг. Проблема в том, что современный человек не знает, что такое хорошо и что такое плохо.

Хорошее и плохое – понятия относительные. Что хорошо для одного, то плохо для другого, и наоборот. Кто начал плохое понимать, для того плохое стало хорошим. Иначе говоря, человек усвоил урок. Поэтому нельзя отождествлять свою жизнь с жизнью других и ощущать себя в плену произвола других людей.» Ощущение изменится, когда высвободится стресс. **Изменение ощущения означает изменение в отношении.**

7) Жизнь человека – учеба. Человек учится исправлять плохое на хорошее до тех пор, пока прочно этого не усвоит, пусть даже это продолжится в последующих жизнях. Тело совершает все то, что нужно душе, и через это дух становится мудрее. До сих пор постижение хорошего и плохого происходило постфактум. Кто повел себя раз по-глупому и навлек на себя страдания, а потом все обдумал, тот не повторит совершенной ошибки. А кто привык забегать вперед и лишь потом думать, тот может так и остаться глупым.

8) Можно учиться на собственных ошибках, умный же учится и на ошибках других. Закон жизни гласит: подобное притягивает подобное. Все, что ты видишь в других, – таков ты сам. Не будь этого в тебе, ты не увидишь бы этого в других. В другом мы видим лишь себя. Кто ищет первопричину своих бед в других, тот непрерывно враждует с жизнью. Кто имеет смелость видеть свои ошибки, тот, в конечном счете, их исправит.

9) Все, что человек совершает, принадлежит вечности, пусть даже поступок не сразу приводит к зримому последствию. За поступком всегда следует последствие, даже если для нас самих поступок наш остался незамеченным. В невидимой для нас космической памяти, словно в Божьей картотеке, сохраняются также наши незримые, скрытые мысли. Уроки, которые каждый из нас усвоил или не усвоил. Космическая память не делит нас на хороших или плохих, как это принято у нас. Она знает, что ошибка – учитель, а человек – ученик.

Кто исправляет свою ошибку, т. е. искупает плохое, тот стирает из космической памяти

оставленное им пятно. Выражаясь более научным языком, это можно было бы назвать изменением космической информации. Новая информация оказывает более благоприятное воздействие как на человека, так и на человечество. **10)** Мы связаны невидимыми энергетическими нитями со всем, что нами совершено. Эти нити может оборвать лишь идущее от сердца, искреннее прощение, также именуемое раскаянием. Прощение и просьба о прощении действуют тогда, когда человек осознает свои ошибки. Если прощения просят механически, в надежде на послабление наказания, то это – самый обычный обман, коим люди занимаются каждый день. Кармического долга этим не искупить.

Умение прощения есть мудрость, при которой человек освобождает самого себя.

11) Вне Бога не существует ничего. Нет силы зла самой по себе. Если энергия любви пребывает в состоянии движения, то она суть ЛЮБОВЬ, или Бог, а если она останавливается, то становится ЗЛОБОЙ уже только по причине прекращения движения. Движение ее тормозится СТРАХОМ. Таким образом, на свете нет черта, или зла. Мы сами создаем для себя ад в своем сердце, где должна обитать Любовь.

Важнее всего – ЛЮБИТЬ. Любите себя, супруга, детей, родителей, людей, животных, растения, работу – сознавая, что все это от Бога. Если человек ставит Бога превыше людей и всех других проявлений жизни, то это означает, что он не постиг сути Бога и ставит его выше человека, а значит, и себя, и начинает любить лишь одного Бога, т. е. идеал, а творения Бога не любит. В этом случае жизнь как единство оказывается насильственно разъятой на две половины – духовную и физическую. Далее неизбежно следует ненависть к физическому как воплощению плохого. Так возникает религиозное представление о жизни, которое вынуждает любить Бога, а человека считать вечным грешником. Грешником, который не заслуживает ничего, кроме несчастий и гонений. Подобные насаждавшиеся постулаты веры, отравлявшие сознание, со временем пошатнулись. Сквозь асфальт догмы пробилась протестующие ростки атеизма, пытающегося доказать, что жизнь – это не накатанная дорога религиозных догм. Во мраке забрезжил луч солнца. Однако атеизм как следующая ступень развития жизни также стал догматичным и начал причинять боль. Так мы и мечемся по своей дороге страданий от одного края к другому, пока не находим того, что дарует нам душевный покой. В авангарде человечества мчатся те, кто преодолел уровень атеизма; в хвосте плетутся те, кто еще не освободился от тормозящих пут религии.

Душевный покой есть уравнищенность. Это такое состояние, при котором хорошее и плохое становятся понятными и дают друг другу право на жизнь. Понимание зависит от мышления.

Хорошие мысли именуются позитивными стрессами. Плохие мысли именуются негативными стрессами.

Пишу я для того, чтобы научить людей помогать себе самим, и обычно говорю о негативных стрессах просто как о стрессах, поскольку так мы привыкли в повседневной жизни. Учтите это, пожалуйста, ибо в противном случае чтение книги может вызвать массу протестов и, как следствие, – стрессов.

Как негативные, так и позитивные стрессы возникают у нас от непонимания жизни, то есть от одностороннего видения жизни, то есть от страха, что меня не любят. Чем сильнее у человека этот страх, тем больше духовная слепота. Это означает, что человек не видит своей духовности. Он страхом отгородил от себя свою духовность (дух и душу) и считает истинным лишь материальный мир.

Противоречивым может показаться тот факт, что иной раз негативность чрезвычайно велика, а болезнь не возникает. В другом же случае положение нельзя назвать особенно плохим, а болезнь у человека серьезная. Почему? Как уже говорилось, стрессы возникают от

непонимания жизни и тем самым неверной оценки жизненных явлений.

А. Если нечто **внешне выглядит очень плохим** и Вы оцениваете его как **очень плохое**, то Вы **правильно** разобрались в нем, и болезни не возникает.

Б. Если нечто **не очень плохое**, а Вы оцениваете его как **очень плохое**, то своим преувеличением Вы соответственно усилили свою негативность, и **возникает болезнь**.

В. Если нечто **совсем не плохое**, а Вы считаете его **плохим**, то Вы очень сильно преувеличиваете и приобретаете **тяжелую болезнь**. Так возникают физические недуги.

В том, чтобы человек начал понимать жизнь, самую большую помощь ему оказывает собственное тело. Душа при помощи тела постоянно предупреждает о возможном несчастье. Происходит это через различные ощущения, предчувствия, так называемый голос сердца и прочие сигналы. Если эти сигналы не замечаются или игнорируются, то крошечные невидимые частицы энергии символически черного цвета, генерируемые плохими мыслями, будут непрерывно привлекать такие же плохие новые мысли, покуда чаша страданий не наполнится и не возникнет первый болезненный симптом.

Так невидимое становится видимым, а именуемое нематериальным – материальным, словно доказывая скептикам материальность нематериальности.

Всякий легкий ушиб является предупредительным сигналом до возникновения сильной боли. Большой травме всегда предшествует маленькая травма. Всякая болезнь простудного характера предупреждает о скоплении соответствующей энергии, чтобы человек обратил на это внимание и избежал серьезной болезни. Если человек не внемлет этому предупреждению, то возникает тяжелая болезнь. А если и это не послужит уроком, то человек отправляется к праотцам, и в следующую жизнь он явится, чтобы усвоить все тот же, но уже более суровый урок.

Если человек все оценивает положительно, то это тоже односторонняя, ошибочная оценка.

А. Если нечто – **внешне очень хорошее**, и мы оцениваем его как **очень хорошее**, то мы витаем в **душевных облаках**. Тело остается без внимания и без помощи.

Б. Если нечто – **хорошее**, а мы оцениваем его как **очень хорошее**, то мы словно против воли ходим по земле, тогда как душа рвется в небо. Недовольство своим телом, которое является обузой, причиняет **боль душе**.

В. Если нечто – **плохое**, а мы оцениваем его как **очень хорошее**, то душа может **разбиться**, когда она шлепнется о землю рядом с телом, а умник так и не осознает своего простодушия. Падение с иллюзорных высот в заземленную реальность может оказаться умопомрачительным, невыносимым испытанием. Такой душе очень плохо и будет еще хуже, если она не осознает своей духовной слепоты.

Стремясь лишь к хорошему, выискивая только хорошее и видя во всем одно лишь хорошее, человек забывает про физическое и замыкается в духовном. Замыкание в том хорошем, без чего человек не мыслит жизни и во имя чего потому и живет, означает утрату этого хорошего, его потерю. Если человек понимает, что духовность как хороший идеал и материальность как плохая неизбежность составляют единое целое, то его дух не станет убегать от тела. Единство противоположностей обеспечивает уравновешенное и совершенное целое, или здоровье. Однобокость, или душевное желание получать лишь хорошее, отпугивает дух. Короче говоря, чрезмерное хорошее вызывает душевные болезни, а чрезмерное плохое вызывает физические болезни.

Где проходит граница возрастания стресса, за которой начинается болезнь?

Для каждой болезни граница различная. Накопление любого стресса является скрытой или потенциальной конкретной болезнью. Небольшое скопление данного стресса равнозначно вероятности скрытой легкой болезни, большое скопление может послужить причиной

возникновения тяжелой болезни.

Когда скрытая возможность заболеть проявляется в виде болезни? Тогда, когда человек начинает открыто выражать свой стресс. Жизнь – это отношение. Когда человек занял некую конкретную однозначную позицию и считает правильным собственное мнение, то тем самым он сформировал свое отношение.

Здоровье отражает отношение человека к жизни. Кто начинает выражать свое одностороннее плохое отношение к кому или чему бы то ни было, будь то в мыслях, на словах или в делах, и **сообразно этому жить,** тот **заболевает физически.**

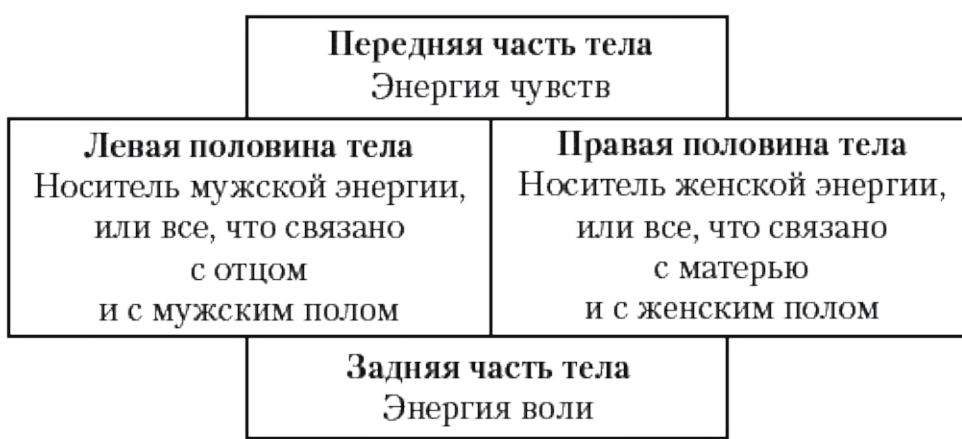
Кто подобным образом начинает **выражать лишь хорошее отношение и жить соответственно этому,** тот приобретает **душевную болезнь.** Если бы легко возбудимая детская нервная система считалась болезнью, то к душевной неуравновешенности люди относились бы с гораздо большей опаской, и по достижении взрослого возраста неуравновешенность человека не переросла бы в тяжелую психическую болезнь. Но поскольку человечество пока еще проходит только урок материализма, где все названо прямо противоположными именами, то тяжелыми считаются болезни физические, а душевные расстройства как недуги более легкие отодвигаются на задний план. Это – **огромная, роковая ошибка умных людей.**

Вплотиться в тело, т. е. родиться, человека призывает только негативность, или плохое, исправление которого составляет потребность любой человеческой души. **Хорошее – это усвоенное плохое.** Исправление плохого как деятельность дает в результате вечную жизненную мудрость, т. е. рассудительность. Плохое, которое именуется хорошим, не есть хорошее. Плохое, которое осознанно преобразуется в хорошее, есть хорошее, даже если его не называют хорошим. Имя ему уравновешенность.

Жизнь представляет собой движение энергий, в котором царит совершенный порядок. Вмешательство в этот порядок, насилие над ним влечет за собой беспорядок – болезнь. Размещение энергий в теле очень рационально. Всякий раз, когда мне попадается какая-нибудь умная теория и я сравниваю ее с тем, что мне известно, восхищаясь все более тонкой логикой перехода от простого к сложному, то я говорю себе: *«Сотворить такое совершенное создание, как человек, может действительно только Бог. Если бы мы еще умели уважать его творение и беречь».* Еще с древних времен известно, что различные виды энергий человеческого тела располагаются в семи больших энергетических центрах, или чакрах.

Верхняя часть тела: БУДУЩЕЕ	7-я чакра (коронная)	ВЕРА
	6-я чакра («третий глаз»)	Равновесие энергии чувств и мыслей = НАДЕЖДА
	5-я чакра (горловая)	Общение
	4-я чакра (сердечная)	ЛЮБОВЬ
Нижняя часть тела: ПРОШЛОЕ	3-я чакра (солнечное сплетение)	Энергия власти
	2-я чакра (лобковая)	Сексуальная энергия
	1-я чакра (корневая)	Энергия жизненной силы

Далее уже о месторасположении тех видов энергии, что дано знать мне.



Человек отнюдь не случайно движется грудью вперед. Это движение означает, что как человек чувствует, так он хочет и так он поступает. Чувствование дает возможность осознавать, то есть осмысленно хотеть и действовать с умом. Кто на передний план выдвигает свое желание, тот как бы движется спиной вперед, не замечая приближения пропасти. Желание движет корыстным человеком. Наша цивилизация усваивает урок корысти. Мы желаем приобрести богатство, мудрость, хватку, трудолюбие, славу, почет, внимание, заботу, любовь, счастье, радость и т. д. и т. п. И всего этого нам будет недоставать до тех пор, пока мы не поймем, что же должно стоять на первом месте.

Чувствование – это системное восприятие. К чувствам относятся обоняние, вкус, слух, зрение и осязание. Если бы человек доверял своим чувствам, то не совершал бы ошибок. Но поскольку он использует органы чувств для помощи разуму, т. е. для того, чтобы сделать полезные для себя выводы, то не понимает, что живет все больше ради собственной выгоды и не позволяет себе во имя своей цели признать жизненную истину. Если бы не было потребности в личной выгоде, то разум не включался бы в работу, а человек фиксировал бы видимый предмет целостно и не приобретал стресса. **Рассудочное, оно же одностороннее, видение жизни и есть стресс.** Если человек видит только хорошее – это позитивный стресс, а если плохое – негативный. Кто не видит жизни как целого, для того жизнь – словно переменный ток: хорошее обязательно превратится в плохое или плохое в хорошее. Стрессы воздействуют системно, вызывая соответствующие болезни. Независимо от пола, возраста, цвета кожи, уровня образования, служебного положения и прочих ступеней иерархии, иными словами, независимо оттого, король ты или нищий, **одинаковые стрессы вызывают одинаковые болезни.**

Все стрессы берут начало от страха, что меня не любят.

Основными стрессами являются чувство вины, страхи и злоба. Накапливаясь, они перерастают друг в друга, взаимосочетаются и могут образовывать запутанную мешанину болезней. Чувство вины перерастает в страх, страх перерастает в злобу. Злоба губит человека. Цепочка стрессов приводится в действие страхом оказаться виноватым. Виноватым не хочет быть никто. Поэтому самый надежный способ подчинить своей воле человека, желающего быть хорошим, – это взывать к его совести. Так тиран, играющий в благодетеля, способен полностью выдавить из человека волю к жизни, не отдавая себе отчета в том, что поступает плохо. И человек гибнет, не умея защитить себя.

ОСНОВНЫЕ СТРЕССЫ И ИХ ВОЗДЕЙСТВИЕ



Любой стресс в конце концов перерастает в злобу:

1) В ком засело чувство вины, того обвиняют, и он начинает бояться и сам превращается в обвинителя. Обвинение – это злоба. Всякое оценивание, сопоставление, сравнение по сути своей является обвинением.

2) В ком засел страх, того пугают, и он начинает пугать других хотя бы с целью поучения или предупреждения. Это уже скрытая злоба, или борьба за жизнь.

3) В ком сидит злоба, того злят, а он сам начинает злобствовать. Злоба может быть:

– **открытой**, или доводящей до преступления, – **скрытой**, или вызывающей болезни.

Скрытая злоба может быть:

– **доброжелательной**, вызывающей доброкачественные болезненные процессы,

– **злонамеренной**, вызывающей злокачественные процессы, или раковое заболевание.

Никто добровольно не признает себя злонамеренным, а между тем удельный вес недоброкачественных заболеваний в мире стремительно возрастает. Почему? Потому что все хотят казаться хорошими. Стремление жить в мире иллюзий или в воздушных замках грез рано или поздно заканчивается тем, что человек падает с небес на землю, то есть заболевает. В настоящей книге об этом много говорится.

А) Чувство вины – это стрессы сердца. Они делают человека восприимчивым к болезням, но сами по себе они – еще не болезнь. Чувство вины ослабляет.

Б) Страхи – это стрессы почек и надпочечников. Страхи притягивают плохое, но сами по себе не есть еще болезнь. Страх делает беспомощным. В) Злоба – это сама по себе болезнь. Злоба поселяется там, где страхом прервано движение энергии. Какова злоба, такова и болезнь. Злоба уничтожает.

Деление спины на участки	Чувства	Типичные стрессы
От темени до 3-го грудного позвонка + плечо и верхняя часть руки + 1–3-й пальцы	Чувство любви	Страх, что меня не любят. Страх, что не любят моих родителей, семью, детей, спутника жизни и т.д.
4-й и 5-й грудные позвонки + нижняя часть руки + 4–5-й пальцы + подмышечная впадина	Сопряженное с любовью чувство вины и обвинение	Страх, что меня обвиняют в том, что я не люблю. Обвинения в том, что меня не любят
6–12-й грудные позвонки	Чувство вины и обвинение других	Страх, что меня обвиняют. Обвинение других
1-й – 5-й поясничные позвонки	Связанное с материальными проблемами чувство вины и обвинение других	Страх, что меня обвиняют в том, что я не способен решить материальные проблемы. Страх, что меня обвиняют в трате денег. Обвинение другого во всех материальных вопросах
От крестца до пальцев ног	Материальные проблемы	Страх перед материальными проблемами

Страхи располагаются в теле следующим образом:

Страхи тормозят или полностью блокируют человеческую силу воли, или волю к жизни. Они могут копиться медленно и незаметно, а могут словно ударом молнии свести человека в могилу. Страхи вызывают неумение, непонимание, несообразительность, неспособность, невозможность и т. д. **Постоянно повторяющееся неумение становится в конце концов нежеланием. Неумение – это страх. Нежелание – это злоба.**

Злобу можно распознать по пяти признакам, которые могут проявляться по отдельности и

которые не считаются болезнью. Но если они выступают в сочетании хотя бы еще с одним, то они считаются болезнью. К этим признакам относятся:

- **боль**– злоба поиска виновного;
- **покраснение** — злоба нахождения виновного;
- **температура**– злоба осуждения виновного. Наиболее опасной для жизни является злоба самообвинения, возникающая чаще всего из-за того, что человек принимает обвинения в свой адрес. Быть без вины виноватым – самая тяжкая ноша для сердца;
- **отек, или разрастание**– злоба преувеличения;
- **уничтожение тканей, или некроз**– злоба страдания.

В реальности боль не выступает одна – за ней скрываются температура, покраснение, отек или скопление выделений. Таким же образом за другими признаками злобы таятся четыре остальных. Вместе они образуют униженную злобу, которая вызывает воспаление. Чем выше концентрация униженной злобы, тем вероятнее образование гноя. **Гной – это невыносимая униженность.**

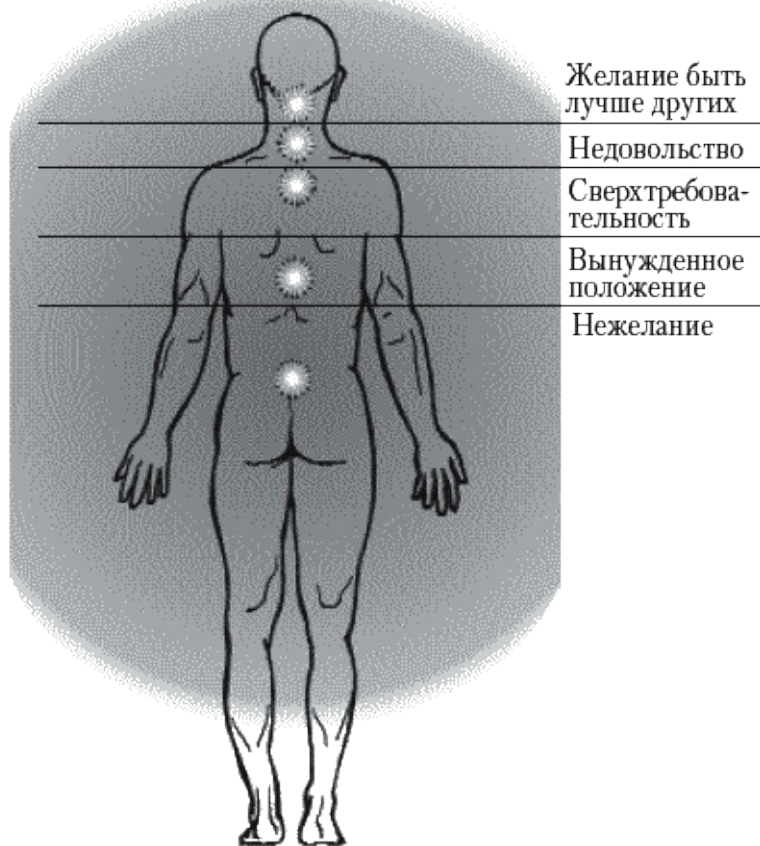
Человек является на этот свет, чтобы возвыситься и возвышать. Если он не умеет возвыситься, то не умеет и возвышать и в результате унижает себя и других. Униженность является источником всех видов злобы, связанных с жизненной борьбой.

Все виды злобы можно свести к одному знаменателю – обвинению. Оценивание, сравнение, взвешивание – все это также, за небольшим различием, является в принципе обвинением. Злоба уничтожает.

Можно выделить пять основных видов злобы соответственно их расположению в теле:

- **желание быть лучше других**– делает человека бессердечным, разрушает рассудок;
- **неудовлетворенность**– разрушает смысл жизни, отнимает вкус к жизни;
- **сверхтребовательность**– расщепляет целеустремленность;
- **вынужденное положение**– лишает свободы, делает человека рабом;– **неприятие** — тормозит движение, развитие.

БУДУЩЕЕ



ПРОШЛОЕ

Из всех стрессов злоба является наиболее сложным и коварным. Экспансивная злоба примитивного человека вызывает простые и легко излечимые болезни. Чем выше уровень образованности человечества, тем сложнее становятся болезни. Они труднее поддаются обнаружению и труднее излечиваются. **Наиболее враждебной болезнью физического тела является злокачественная опухоль, возникающая из злонамеренной злобы.** Злонамеренной злоба становится тогда, когда человек не получает того, чего жаждет его душа, хотя получить это считает своим правом, и человек заикливается на своих правах. При виде чужих успехов такой человек ощущает себя беспомощным в этой несправедливой жизненной борьбе. Желание отомстить за несправедливость может лишь теплиться в закоулках души и никогда не проявляться в поступках, но оно существует и принимает облик злонамеренности.

Что касается СПИДа, то это болезнь перехода на уже более высокий, или духовный, уровень развития. СПИД – это сигнал о том, что хоть человек и потенциально готов возвыситься, ибо достаточно пострадал, однако он еще не в состоянии отказаться от благ видимого мира, т. е. мира физического. СПИД говорит о том, что человек с его чувствами находится в будущем, а с желанием – в прошлом, но сам этого не сознает. Эта болезнь возникает от разделения жизни на духовную и физическую части, между которыми проводится четкая граница, перешагнуть через которую запрещено как себе, так и другим. Человек, который абсолютно уверен в правоте такого представления, не дает никому права поколебать его хотя бы выражением естественного человеческого сомнения. СПИД является болезнью **чрезмерной** рациональности.

Тот, кто видит мир в черно-белых красках, сознательно отсекает от своего видения мира все полутона и не понимает, что тем самым обращает настоящее в небытие. Диафрагма, или грудно-брюшная преграда, символизирует момент настоящего. Окружающие ее ткани символизируют более протяженное настоящее – **повседневное** настоящее. Кто в мыслях спешит в сказочное будущее, тот должен будет идти уже без тела, ибо в настоящем он свое тело не понимает и не любит.

Настоящее учит нас спокойно объединять противоположности в самом себе. Кто оправдывает распутство своего тела его физиологическими потребностями, тот способен с места преступления шагнуть в святилище и, не покаявшись в грехе, ощущать себя там святым человеком. Если человек считает, что имеет непреложное право заходить во все двери, то дверь в духовный мир окажется для него закрытой. Осознание же причин страданий физического тела снова приоткрывает врата на небо, чтобы впустить заблудшую овечку.

И вот человек, желающий быть лучше других, заканчивает свой земной путь наравне со всеми остальными. Рождение и смерть доказывают каждой человеческой душе ее равенство с другими до тех пор, пока мы не начнем понимать это. А количество и качество дней жизни определяется количеством и качеством *самости* человека.

Все имеет две стороны, уравнивающие друг друга, чтобы целое было в равновесии. В жизни и в зеркальном отражении жизни **в человеке на 49 % плохого и на 51 % хорошего**. Все наши стрессы входят в эти 49 %, и о них я и веду речь. Если этот процент возрастает, то здоровью, а в дальнейшем и жизни, грозит опасность. Каждый человек без исключения рождается на этот свет, чтобы учиться, т. е. исправлять плохое, т. е. держать этот один процент, недостающий до 50, по возможности ближе к нулю. Это означает, что человек рождается только по зову того плохого, которое в предыдущих жизнях осталось непознанным им как хорошее.

Человек должен бы походить на странствующего путника, который идет по жизни и через которого жизнь проходит, как через сито. Из этих 49 % путник оставляет на дне сита лишь необходимую для него крупицу мудрости. Крупица эта возвышает человека в его достоинстве. К сожалению, испуганный человек оставляет в себе, кроме крупички, много всякой дряни, а это и есть болезнь. Дрянь – это то, что человек считает дрянью. Для одного это – одно, для другого – другое. Кто из желания нравиться другим формирует свой мир в угоду чужому мнению, тот оставляет себе и чужую дрянь.

Для испуганного человека плохим может быть как хорошее, так и плохое, поскольку он боится оказаться под властью того и другого. Испуганный человек **боится оказаться рабом**, и потому **он – раб**. Больше всего он является рабом своих стрессов. Все, чего человек боится, он как раз притягивает к себе. Мы сами более чем кто бы то ни было делаем себе плохо, а вину ищем в других. Страх блокирует всякое движение энергии, вызывая переизбыток соответствующей энергии в душе и в теле и превращая скопившуюся энергию в энергию злобы.

1) Избыточное плохое, или плохое, превышающее 49 %, вызывает физические болезни тела. 2) Избыточное хорошее, или хорошее, превышающее 51 %, вызывает душевные болезни.

Иллюзии, или избыточное хорошее, вызывают психические отклонения, перерастающие от скопления хорошего в психические расстройства и наконец в душевные болезни.

Человек способен помочь своему телу сам, если у него цел рассудок. Если рассудка нет, то он не может помочь себе сам. Помочь ему могут родители и близкие. Если они не умеют или не желают оказать душевную помощь, то приходится помогать телу душевнобольного, как бы трудно это ни было. Лечение больных, в том числе и душевнобольных, должно бы быть самым естественным образом заботой родителей больного, поскольку ребенок есть сумма своих родителей. Если в семье, т. е. между родителями, царит любовь, то семья уравновешена. И ребенок, являющийся зеркалом семьи, будет тогда уравновешенным, а значит, здоровым. Равновесие есть взаимоотношение двух сторон друг с другом как на духовном, так и на физическом уровне.

Каков отец ребенка, таков и дух ребенка, разум и костяк. Такова его материальная жизнь. Какова мать ребенка, такова и душа ребенка, чувства и мягкие ткани. Такова его душевная жизнь.

Все недостатки костяка отражаются на мягких тканях, и все недостатки мягких тканей отражаются на костяке.

Кто не умеет видеть себя, пусть посмотрит на своих родителей и сделает вывод. Отрицание этой истины больно откликнется в будущем.

Мать определяет мир, отец создает мир.

Ребенок есть половина каждого из них. Больной ребенок – это искупление долга кармы обоих родителей.

Если родители идут по жизни рассудительно, то ни они сами, ни ребенок не отстают от времени, и у ребенка не возникают физические болезни. Если родители идут рассудительно, не опережая время, то ни у них, ни у ребенка не бывает душевных болезней. Рассудительность – это уравновешенность, понимание, любовь.

Ребенок – сумма своих родителей. Сумма, как известно, есть количество, которое непременно отличается от слагаемых качеством. Поэтому родители с удовольствием находят в ребенке себя, когда ребенок здоров и в хорошем смысле неординарен. Но если с ребенком что-то не так, то испуганные родители могут сделаться совершенно слепыми. **Страх оказаться виноватым может полностью уничтожить желание помочь.** Собственное благополучие важнее для тех, кто называет себя творящими добро. В настоящей беде на помощь приходят плохие люди. Независимо от обстоятельств не бывает вины, есть лишь ошибки. И ошибки можно исправить. Ошибка не есть грех, ошибка – это неумение. На свет же мы именно для того и являемся, чтобы научиться, будь то родители или дети.

Единственный грех на свете – непощение. И этот грех люди совершают в большом количестве, не понимая, что от себя ничего не скроешь. **Грех – это когда хорошее забывается, а плохое остается в памяти.** В памяти сохраняется то плохое, в коем человек не признает собственной ошибки и потому приписывает его другому.

Не следует винить своих родителей: Вы сами выбрали их по своей доброй воле, когда решили возродиться вновь. У Вас была потребность исправить то плохое в этой жизни, что они могли дать. Вы явились любить их безоговорочно, такими, какие они есть. Если Вы это забыли, то постарайтесь вспомнить и исправьте свои ошибки.

Независимо от родителей, дети сами должны внести равновесие в свою душевную жизнь. Хорошо, если родители понимают свою роль в формировании ребенка и помогают ему тем, что исправляют свой внутренний мир. Но если родительская духовная слепота этого не позволяет, то ребенок выбрал более трудный жизненный урок и должен одолеть его один. Никто никому не должен делать хорошее, если другой этого не хочет, и вместе с тем у каждого есть потребность творить добро. Человеку нужно делать хорошее другому или отдавать, чтобы самому быть человеком. Но что отдавать? И что ценнее всего?

Когда дают вещь, то отдают малость.

Когда дают любовь, то отдают много. Когда даруют прощение, то отдают самое ценное.

У каждого прощающего в жизни непременно наступает такой момент, когда он ощущает, что хочет попросить прощения у прошлого за то, что оставил свое прошлое без благословенной любви. Когда прошлое освобождается, то в тот же миг будущее наполняется беспрепятственно текущей любовью, которая делает человека счастливым. **Прощать – значит отдавать вдвойне, осознанно и достойно. Просить прощения – значит заменить данное плохое на хорошее, осознанно и достойно.** С великодушным прощением можно незаметно перегнуть палку. С идущей от всего сердца просьбой о прощении такого не бывает. Хорошо, когда человек умеет прощать и просить прощения у человека. Еще лучше, когда он считает достойным прощение животного. А лучше всего, когда человек научается прощать и просить прощения у невидимых энергетических тел, или стрессов. Тогда человек освобождается от силы притяжения

негативности и обретает счастье.

Существует один-единственный Бог, это – Любовь.

Он ждет, когда человек высвободится из плена страха, чтобы начать его любить.

Человек – странник, идущий по дороге своей судьбы. Все, что он встречает на пути, необходимо в том виде, как оно есть. Человеку нужно лишь изменить свое отношение и начать сознавать двухполюсность жизни. Начать сознавать может тот, кто освободится от своих страхов.

На вопрос, **идти** ли своей дорогой, мы уже ответили своим появлением на свет. Теперь каждому нужно ответить, **как идти**. Идти ли без стрессов или со стрессами? Несмотря на рост стрессов, средняя продолжительность жизни человека увеличивается, что сопряжено с большими страданиями и мучительным уходом из жизни. Это означает, что человеческие души нуждаются в более глубоких и зрелых знаниях, коими владеет лишь старость. Потребность эта позволила открыть много возможностей и способов продления физической жизни. Вероятно, откроются и духовные возможности.

Заметить и пробудиться

Жизнь человека – упорядочивание видимого хаоса. Каждый делает это так, как умеет, хочет и может. Развитие человека и человечества происходит в виде синусоиды. Чем рассудительней мысль человека, тем с меньшей амплитудой он движется по этой синусоиде из крайности в крайность, тем меньше причиняет себе боли.

Нашим движением руководит дух, то есть идея, то есть цель. Из упорядочивания материальной жизни нам известно, что для достижения цели необходимо иметь хороший план, чтобы хорошая идея могла осуществиться. К достижению маленькой повседневной цели ведет короткий путь, или легкая реализация. К достижению большой цели, важной для будущего, ведет долгая дорога, или трудная реализация.

Известно нам и то, что большое начинается с малого. Кто с детства приучается своими руками создавать что-то из повседневных мелочей, тот, вырастая, способен реализовать большие цели. **Освободите свое неумение понять, что является большим и что малым, и неумение понять, что в очередности является главным и что неглавным.**

Иначе эти стрессы могут стать камнем преткновения на Вашем пути.

Малое начинается с нуля. Большое относительно, ибо не имеет предела.

Физическая жизнь каждого ребенка начинается с нуля. Уроки, что даются ему по принципу нарастающей сложности, уводят его далеко и высоко. А если в цепи нарастающей сложности имеются недостающие звенья, поскольку его родители посчитали или он сам посчитал, что из встреченного на пути что-то ему не понадобится, то всякий раз, когда в ходе своей жизни он, следуя по синусоиде, будет попадать в аналогичную ситуацию, то ноги его будут увязать в дороге. С каждым разом все глубже и глубже – до тех пор, пока не восполнится пробел.

Если Вы сделали вывод, что начало жизни ребенка – вещь незначительная, то ошибаетесь. У этой незначительной вещи есть другая, очень важная сторона, которая в своей невидимости говорит о том, что **момент зачатия ребенка имеет основополагающее значение**. Изменить количество этой **первичной энергии жизни** возможно лишь простив своим родителям их ошибки, если есть желание эти ошибки понять. Если желания нет, то жизнь будет продолжаться, подчиняясь лишь судьбе.

В каждом мгновении есть нечто большое и нечто малое. Человек, не испытывающий страхов, понимает это, испуганный человек не понимает.

Представьте себе, что стоите на дороге, которая неожиданно уходит из-под ног. Если эта

дорога, словно корка льда на грязной луже, то еще ничего. Был, правда, испуг, но поскольку запачкались только ноги, то Вы пошли дальше. Испугались раз, испугались другой, а на третий уже не испугаетесь. Подобно школьнику, Вы **на опыте научились** тому, что **не нужно бояться** грязной лужи. Изменилось лишь отношение к луже. Это является мудростью видимого уровня. Но у этого случая есть и другая сторона. Если бы Вы с первого раза поняли, почему выпачкались грязью, то эта грязь в жизни больше не пристала бы к Вам. Перед тем, как ступить в лужу физически, Вы были обозлены на человеческую душевную нечистоплотность, или подлость, и грязная лужа обратила Ваше внимание на это. Но Вы этого не заметили. Отныне Вам придется терпеть страдания, покуда не поймете и этого. Ведь подлость свойственна всем. В том числе и Вам.

Люди постоянно спешат, и спешка все возрастает, поэтому разговор о подобных мелочах кажется укрупнением мелочей, то есть преувеличением. Таким образом человек увязает все глубже: до колен, до бедер, по пояс, – и выкарабкивается из трясины с бранью и обвинениями. И лишь когда человек увязает настолько, что даже ценой невероятных усилий выкарабкаться ему не удастся, он наконец задумывается всерьез, спрашивая себя: *«Почему я то и дело попадаю именно в такие ситуации?»* Либо же Вы ломаете голову над тем, почему с Вашим ребенком случаются подобные неприятности.

Мелочи остаются незамеченными из-за спешки, а значит, из-за страхов. Всерьез о жизни начинает задумываться тот, кто увяз в трясины проблем и желает из нее выбраться своими силами, ибо сознает, что другие помочь ему не могут. Те немногие, у которых внезапно из-под ног ушла почва и трясины сомкнулась над головой, а затем, будто чудом, их снова вынесло на поверхность, начинают верить в невидимое, поскольку на пороге смерти они увидели невидимое. Человек, увидевший истину, захочет видеть ее и верить в нее все больше и больше.

Основная масса людей не замечает возникновения у себя стрессов.

Они не признают своих страхов, чувства вины, злобы, так как не заметили, ни как они возникли, ни как перешли в ощущения. Кто не следит за своими ощущениями и мыслями, тот в один прекрасный миг окажется словно перед гильотиной, чувствуя, что его наказывают несправедливо.

Обсуждая с иным человеком повседневные проблемы, видишь, как он раздражается, говоря о вещах, не имеющих лично к нему никакого отношения. Стоит такому заметить лишь мимоходом, что, мол, нет смысла раздражаться попусту, как он сразу повышает голос, говоря, что совсем не раздражен. Обычно собеседник старается прекратить подобный разговор во избежание неприятностей. Так ни тот, ни другой **не заметили**, как от одной этой мелочи в обоих возросла злоба.

Даже и сейчас, читая этот абзац, Вы точно так же можете сказать: *«Вполне нормальный разговор вежливых, деликатных людей. Стоит ли повсюду выискивать плохое?»*

Но если разобраться в сути дела, то собеседник, желая избежать ссоры, не сказал следующего: *«Но ведь ты раздражен. Повышенный безапелляционный тон указывает на раздраженность»*. Так же и тот, другой, не углядел в своем раздражении злобы. А так как ссоры не последовало, то и помнить нечего, и оба продолжают жить как ни в чем не бывало. Ведь по сравнению со злом подобные мелкие неприятности – словно капля в море, которую саму по себе морем не назовешь. Ну а то, что таких капель скапливается больше, чем уместится в море, **остаётся незамеченным**.

Если заняться буквоедством и начать доказывать другому, что тот все же раздражен, то вспыхнула бы крупная и непримиримая ссора. Финал этой оскорбительной ссоры запомнился бы обоим. Один не терпит лжи, поскольку боится ее и в любом маленьком отрицании видит не страх, а уже намеренную ложь. Другой не желает признавать свои ошибки, боясь показаться

плохим, трусливым, несправедливым. Оба не видят, что, каков один из них внешне, таков другой внутренне.

Мне приходится ежедневно быть таким буквоедом, но так, чтобы не делать больно ни себе, ни другим. С непонимающим человеком это мне не удалось бы. Особенно сложно вести разговор о первопричинах болезни человека близкого, дорогого. Не раз я отказывалась, говоря, что не следует тревожить душу умершего. С другой же стороны, знать это необходимо, чтобы самому не погибнуть от той же болезни.

К примеру, очень кроткий, готовый к самопожертвованию человек заболел раком или умер. Как же так, ведь он был воплощением доброты? **Незаметно** для себя люди путают кротость с беспомощностью, миролюбивость с примиренчеством, готовность идти на унижения с покорностью, радость с печалью, уважение с любовью, благотворительность с благими делами.

Желание прожить жизнь **незаметно**, не тревожа других, приводит к тому, чего этот скромный человек страшился: тяжелая болезнь сделала его особенно болезненно заметным для близких. В душе каждый хотел бы жить как нормальный человек, то есть быть **в меру заметным**, но не осмеливается. Нужно научиться сметь.

В газете появилась статья «Насморк происходит от обиды», вызвавшая злобные нападки, будто эта теория враждебна по отношению к человеку. Некий воинственно настроенный человек вопрошал: *«Что же мне теперь – думать плохо о своем хорошем знакомом, если он идет по улице навстречу и хлюпает носом?»* Хотелось бы спросить у него, неужели он в своей наивности не заметил, что все люди время от времени обижаются, ведь мы – люди. Статья вызвала у него раздражение, потому что обиженность – его слабое место. На деле же думал он о том, что теперь о нем подумают люди, когда встретят на улице, а у него – насморк. Ведь насморк, черт бы его побрал, скрыть не так-то просто. Хлюпающий нос – хлюпающая заносчивость, заносчивая слезливая обиженность – это предатель, который появляется в самый неподходящий момент, к посрамлению владельца. Этот сердитый человек полагал, что к нему станут применять ту же мерку, которую он применяет к другим. Кстати, американские врачи уже изучают взаимосвязь между обидами и образованием раковых опухолей. А нас здесь, в Эстонии, раздражает, когда говорят, что обида связана с насморком. Если некий американец заявляет, что эстонцы мелочны, то мы сильно обижаемся и зарабатываем насморк. При этом причину своего насморка мы продолжаем упрямо отрицать. Хотим показать, что мы лучше других. Из-за этого желания насморк и возникает!

Для людей типично желание ладить со всеми, чтобы не было расхожих мнений и ссор. Обоснование убедительно: *почему непременно нужно быть за или против кого-то? Я воздержусь, и тогда против меня ничего не скажут.*

Что такое – «воздержусь»?

Это страх занять чью-либо сторону, чтобы не нажать себе врага. Он же – страх, что противная сторона не станет меня любить. Поскольку обычно не принято столь глубоко вникать в такие вещи, особенно увязывая их с любовью, то подобного страха как будто и не существует. Смелый человек не бывает в числе воздержавшихся – у него всегда есть своя позиция. Смелый говорит: «Твой **поступок** плохой». Он проводит различие между личностью и ее ошибочным поступком, потому что знает, каким образом человек учится. Испуганный человек говорит или думает: «**Ты** плохой». Он не смеет признать свои ошибки и потому не умеет отделять человека от поступка, ибо не видит обратной стороны дела. Особенно же он не замечает возникновения маленьких стрессов, так как не воспринимает эмоции как стрессы и не знает, что они накапливаются.

Каким образом можно заметить свои ошибки, пока не будет поздно? Как настичь те мысли, что проскакивают в голове по меньшей мере шестнадцать раз в минуту? Возможностей столько

же, сколько на свете людей.

Советую начать с программы-минимум: подметьте у себя в течение дня одну негативную мысль и проследите, как она влияет на Ваш день. Если Вы научитесь глядеть на себя со стороны, как глядят на Вас другие, то поймете, что мысль эта влияет на весь день. Когда Вы это усвоите, то найдете одну мысль уже за час и освободите ее. Так учатся следить за своими мыслями, словами и поступками.

Я, например, встав утром с постели и поприветствовав день, концентрирую свои мысли на энергии этого дня. Я знаю, что **каждый день нам дается разная энергия** как необходимый всем нам урок. В связи с этой энергией усиливается моя энергия сегодняшнего дня, чтобы я усвоила этот урок. Делаю я это с удовольствием, потому что это облегчает мою работу с пациентами. Как?

Приведу в пример некоторые дни и их воздействие на больных.

1) **День великодушной жертвенности.** В этот день трое из моих пациентов уступили время своего визита тем, кто, по их мнению, нуждался в помощи больше, чем они. На самом деле это было не так. Я знала, что клиенты вне очереди забудут записать своих благодетелей на новое время приема. Так и получилось. Несчастные и разочарованные жертвователи позвонили мне через несколько дней сами.

В тот день эти люди со вздохом повторяли грустную истину о том, что чем больше делаешь людям добра, тем больше тебе отплачивают злом, ибо не сознавали того, что добрый поступок они совершили, дабы выслужить любовь и уважение.

2) **День сетований на зло.** Все без исключения сетовали на то, что им плохо оттого, что в мире так много зла. Почему ничего не предпринимается? А вот в старину плохих людей наказывали будь здоров! Вор лишался руки, а убийца – головы.

В тот день многие из тех, кто со злобой размышлял о зле, пострадали от намеренного злодейства, хотя день предостерег их и дал возможность уберечься.

3) **День размахивания кулаками.** Двое пришли записываться на прием, и для обоих мои условия оказались неприемлемыми. Они ушли, отчаянно жестикулируя. Третья – почти совсем глухая 75-летняя старушка, у которой слух стал ухудшаться с двадцатилетнего возраста, упрямо досидела до своей очереди, не спрашивая, совпадает ли ее желание с моими планами. После того, как я в течение двух часов записывала на бумаге необходимые для нее указания, а слух так и не улучшился, ее зять пригрозил спалить мою приемную.

В тот день ухитрились поссориться даже закадычные друзья.

4) **День необузданного упрямства.** В этот день первой реакцией у всех посетителей было слово «нет». Со второй половины дня все беседы с пациентами я начинала с того, что сегодня – день непокорности и давайте прежде всего освободим непокорность, иначе мне не имеет смысла навязываться вам. Я подчеркивала слово «освободим» (не «освободите») – и раз за разом освобождала свою непокорность вместе с больными все основательнее. Сама я к вечеру ощущала себя весьма неплохим человеком. Даже усталости не чувствовала.

В тот день у очень многих людей оказались из-за равнодушия партнера сорванными очень хорошие планы и, что особенно важно, в отношении к партнеру зародилось недоверие.

5) **День опозданий и спешки.** Половина пациентов явилась с опозданием, другая половина ерзала на стульях, куда-то опаздывая. Если бы я не записывала свои слова на пленку, то от такого визита не было бы никакого проку. У всех людей на тот день был составлен настолько плотный график дел, что потеря тридцати секунд воспринималась бы как катастрофа. Такая напряженная жизнь именно к катастрофе и приводит.

В тот день было много аварий и травм.

6) **День глупого умничания.** Люди старались оправдать и обосновать свои поступки, но

делали это нелогично и капризно, настаивали на своей правоте. *Разве я не прав? Почему я должен пойти навстречу? А может, мне этого не нужно? А может, я как раз хочу быть больным!* Что бы такому умнику ни отвечать, в этот день он все равно ничего не воспримет. Этот день пропал для них зря, и к вечеру нервы были у них на пределе.

В тот день многие сердились на всяческую демагогию и философствования.

7) **День страха оказаться ненужным.** Все без исключения пациенты чувствовали себя на фоне других мелкими, глупыми, некрасивыми, неуклюжими, ущемленными и т. д. и пытались сделать все, чтобы их полюбили, действуя в своем рвении другим на нервы. Тем надоело постоянно доказывать свою любовь, и это подлило масла в огонь ревности.

Это были женщины, имевшие высокопоставленных именитых мужей, и мужчины, имевшие высокопоставленных жен. Один молодой человек, потерявший вкус к жизни, ощущал себя рядом со своей мудрой матерью полным ничтожеством и помышлял о самоубийстве.

От страхов все эти люди совершенно не умели стоять на собственных ногах и быть самими собой. Это были поработившие себя рабы, желавшие каждый по-своему уничтожить рабство. Жизнь стала для них трагедией, а у их спутников жизни беспомощно опускались руки: необходимость постоянно переубеждать и доказывать свою любовь утомляет и отупляет.

Это был день усталого бегства от неудовлетворенности.

8) **День бестолковых хлопот.** К счастью, этот день был для меня выходным. Я так и не справилась бы со своей работой, не призови я добрых людей к порядку, – все стали бы говорить со мной «пару минут, не больше!» о важных делах, не понимая того, что тогда мне пришлось бы забросить свои важные дела. Утро началось со звонков и обращений, из вежливости интересовались моим мнением, строя грандиозные планы, причем большинство из планов не имели ко мне ни прямого, ни косвенного отношения. Желание действовать, но неумение что-либо делать вынуждало людей обращаться к авторитету, который бы все урегулировал.

Прежде чем (уже ближе к обеду) я отключила телефон, я сказала многим: *«Пословица гласит: сперва подумай и лишь потом говори. То есть сперва подумай и лишь потом спрашивай. Если думать не умеешь, то садись и освободи свой страх, что меня не будут любить, если я сейчас не сделаю чего-то большого и умного, а когда образумишься, тогда берись за дело. А если умная мысль в голову не приходит, то ничего сегодня и не предпринимай – сегодня не день для начинаний. Разве может другой человек в двух словах посоветовать, что тебе нужно делать? Ведь твои желания не подчиняются чужой логике. Твои цели чужды другому и, что главное, – в свои тайные мысли ты его не посвящаешь, так как же он может дать тебе толковый совет!»*

Этот день вызвал у руководящих работников ощущение бомбы замедленного действия, и немало из этих бомб взорвалось, поскольку день расщепил тех, кто не сумел постоять за себя смело и решительно. Это был сумасшедший день сверхтребовательности.

Это были примеры негативной энергии. Негативность имеет и другую сторону. Кто не испытывает страха перед великодушной жертвенностью, сетованиями на зло, размахиванием кулаками, необузданным упрямством, опозданием и спешкой, собственной ненужностью, бестолковыми хлопотами, – у тех не возникло соответствующей злобы, и для них эти дни были благоприятными.

Интересным днем оказался **день духовного освобождения, или день открытия VII чакры.** В этот день VII чакра у каждого открылась соответственно потребности. Что означает «соответственно потребности»? А то, что чем больше человек занимается усовершенствованием своего образа мыслей и благодаря этому лучше видит мир, тем больше перед ним раскрывается тайн. Если человек, который ничего не знает и знать не хочет, видит нечто небывалое, то от страха может и сойти с ума.

Этот день был днем крайностей. Половина людей утверждала, что чувствуют себя прекрасно. Правда, тело было каким-то странным – кое-кто ощущал озноб – но на душе было легко. Я обратила внимание на слова, какими они описывали свое состояние, потому что говорили они правильно, но не понимали смысла своих слов. Их лица сияли от радости за себя. Это – люди с позитивным складом мышления, которые верят в будущее и видят прежде всего хорошее. Энергия нацеленности в будущее, или энергия возвышения, придает и придала им в этот день еще большую окрыленность.

В этот день свою подлинную сущность смогли лучше обычного познать наивные и эмоциональные позитивисты. Их сверхэмоциональность и детскость наверняка стали мишенью критических комментариев со стороны убийственно серьезных реалистов.

Вторая половина людей вела себя, как мечущаяся туда-сюда обезглавленная курица. Эти люди настроены негативно. Они прежде всего видят всегда плохое и начинают с ним бороться. В этот день они не боролись, а были заняты поисками себя, поскольку себя не узнавали. Лишь когда я сказала: *«Ведь Вам не плохо»*, они успокоились. Без посторонней помощи они не поняли, что их вера в себя возросла и от этого они продвинулись на крошечный миллиметр по своей линии развития в сторону возвышения. Даже у тех, кто ни во что и ни в кого не верит, прибавилась в этот день умеренная вера в себя, а это – одна из целей, важная сама по себе.

Такие хорошие дни выпадают все чаще. Наше восхождение в направлении духовности находит поддержку; 51 % человечества устремились в этом направлении; 49 % кинулись в другую крайность – в страдания, ибо так они учатся. В такие дни у психологов и психиатров много работы, поскольку испуганное человечество нуждается в помощи.

Если бы я не считала каждый день своей жизни важным и не благодарила бы небеса за то, что этот день мне дарован, то не старалась бы уже заранее сделать его лучше. День меня изнурил бы, и своим раздраженным тоном я отпугнула бы больных, – я ведь тоже не двужильная. Уважение к себе позволяет мне все больше и больше уважать пациентов и говорить напрямик: *«Простите, милый человек, но Вы слишком мало поработали над собой, чтобы добиться того, чего хотите. Ради себя же Вы должны сократить дни, наполненные физической работой. Бессмысленная беготня не сделает Вас счастливым, а благоразумное физическое стояние на месте – делает»*.

Как еще можно заметить свои ошибки? Хорошо, если бы Вы смогли увидеть себя на видео. Полно всяких мероприятий, которые запечатлеваются на кино– или видеопленку. Найдите возможность посмотреть эту пленку наедине с собой, тогда научитесь глядеть на себя взором стороннего наблюдателя и открывать в себе незнакомые черты. Подумайте, что Вам в себе не понравилось и почему. Все это возможно исправить. Поразмыслите, почему Вы вели себя именно так и в какую сторону желали бы себя изменить. Вероятно, Вы понимаете, что я говорю прежде всего об изменении внутреннем.

Еще одна возможность – изложить на бумаге все, что у Вас на душе. Напишите кому-нибудь письмо. Выплесните все, что накопилось на сердце. Но письмо не отправляйте. Переждите пару дней и перечитайте его. Через неделю еще раз. Сравните эмоции, с какими Вы читали письмо тогда и с какими – сейчас, и сделайте вывод. Скорее всего, Вы почувствуете, что в письме – лишь голые эмоции, высвободившиеся при его написании. Отправлять такое письмо было бы очевидной глупостью. Вместо пользы это принесло бы вред. Сожгите письмо, и наполовину освободившиеся стрессы освободятся окончательно. В мыслях передайте свои проблемы в руки Бога и поверьте – он поможет, если Вы эту помощь примете.

Если Вы теперь спросите меня: *«А что делать, если я не умею чувствовать день?»*, то я отвечу: *«Единственное средство от этого – научиться»*. Либо же читать гороскопы и делать из них правильный для себя вывод, а не зачитываться ими до умопомрачения. Если гороскоп

наводит страх, то освободите свой страх, и этим Вы сделаете свой день благоприятным. Но поскольку в гороскопе написано не все из того, что Вам нужно, то советую каждому познать себя и стать составителем гороскопов для самого себя. Есть еще одна хорошая возможность – начать замечать животный мир. Например, всякая крохотная букашка может пробудить мысли, среди которых замечаем, например, агрессивность или нежность по отношению к этой букашке. Наблюдая с ребяческим интересом за действиями букашки, мы можем раскрыть для себя свою сущность в ее хорошем и плохом. Но это при условии, что мы не будем мчаться очертя голову через все и вся, недооценивая тех, кто меньше нас, и не возвеличивая тех, кто нас больше.

Кто начинает замечать, тот пробуждается.

В жизни всему есть свое место

Книга, которую Вы держите в руках, продолжает тему двух предыдущих – человеческой души и ее перипетий. Кто прочитал первые две книги с чувством, будто в них говорится о нем или для него, до того послание дошло и он сумеет эффективно употребить себе на пользу сведения, содержащиеся в этой книге. Более подробное растолкование хитросплетений души поможет Вам понять и лечить более сложные болезни.

Я мечтаю о том, чтобы люди научились предупреждать свои болезни.

Сколь мы ни считали бы себя отличными от других, тем не менее одинаковые стрессы вызывают у нас одинаковые болезни – будь то богач или бедняк, умный или глупый, красавец или урод, знаменитый или безвестный, мужчина или женщина. Насколько человек сумеет разобраться в себе, настолько он сможет продолжать свой жизненный путь здоровым.

Упорядочивание душевной жизни путем осознания ошибок своего мира мыслей и исправления неверных мыслей сравнимо с постройкой дома. Сперва закладывается фундамент. Чем он прочнее, тем меньше осадка дома и тем меньше трещины, которые придется потом заделывать. Фундамент подобен родителям, которые зачинают ребенка. Один за другим возводятся этажи, пока не приходит время ставить крышу. Крыша – все равно что неуклонные принципы человеческой жизни, под чьей надежной защитой дом, или жизнь, выстаивает долгий срок. Фундамент может быть прочным, но если протекает крыша, дом гибнет.

Внутренняя и внешняя отделка – это как будто мелочи, но отнимают тем больше времени, чем больше стремятся довести их до совершенства. Работы становятся с каждым разом все более узкопрофильными и никогда не кончаются. Чем скоропалительней выстроен дом, тем быстрее он будет нуждаться в капитальном ремонте.

Мы с Вами возводим третий этаж дома, фундамент которого – материальность, а крыша – духовность. Одного без другого не бывает. Каков дом, таков и его строитель, и наоборот: каков строитель, таков и дом. У каждого строительство продвигается в соответствии с умонастроением и убеждениями.

Кто возводит дом в спешке, наобум, либо перепоручает строительство другим, тот вскоре обнаруживает, к своему огорчению, огрехи, которые необходимо исправить, иначе дом обвалится. Кто ленив и надеется, что дом выстроится сам собой, у того дом станет разрушаться прежде, чем будет готов.

Кто любит работу и с толком распоряжается своим временем, у того дом вырастает как бы незаметно и служит своим создателям надежным, милым сердцу очагом, незримо передавая житейскую мудрость через повседневные хлопоты. Жилище, сотворенное с любовью, любит своего жильца. В прожитой таким образом жизни всему находится свое время и место.

Первым и истинным местом жительства человека является наше тело, которое мы сами создали в соответствии с приобретенной за свои предшествующие жизни житейской мудростью

и которое мы можем сделать пригодным для настоящей жизни, исходя из своих потребностей и представлений. Сделать это можно по-разному, соответственно образу мышления.

1) Кто хочет начать с капитального ремонта, тот, конечно, потратит массу времени, денег и сил, но так как делается это не часто, то в итоге эффект будет длительным и устойчивым. Капитальный ремонт начинается с упаковывания и переноса вещей с места на место, то есть с исправления мелочей, и постепенно доходит до фундаментальных преобразований, с тем чтобы затем вновь расставить мебель и безделушки. Это уже новая ситуация, новый, более высокий уровень. Так безо всяких потерь из старого получается новое.

Это словно полное изменение мира мыслей, обеспечивающее длительный и устойчивый результат. Но такую работу считают трудной и потому к ней прибегают лишь в случае крайней надобности. Как и к изменению умонастроения.

2) У того, кто хочет сделать свой дом здоровым и прочным, при этом ограничившись санитарным ремонтом, вскоре протечет крыша, и он примется искать виновных на стороне. С повторным санитарным ремонтом, если ограничиться только им, повторится та же беда, и с каждым разом будет все хуже, потому что возникший от сырости грибок разъест не только штукатурку, но и несущий каркас дома.

Это подобно работе над улучшением своего умонастроения, когда человек занимается этим лишь до тех пор, пока не пройдет недуг, а затем снова продолжает заниматься более важными делами, прерванными из-за болезни. Беда приходит снова и страшнее.

Такая работа предпринимается чаще, поскольку тем самым жизнь приобретает новый лик.

Человек может вылечить болезнь лекарствами и насильственно изменить в интересах будущего старую привычку, то есть старое умонастроение – что подобно перестановке мебели – а через некоторое время начать лечить уже новую болезнь. Это то же, что внушать себе психологически, что у меня все хорошо, хотя я и знаю, что это далеко не так.

3) Кто хочет украсить разваливающийся очаг сменой мебели, у того очень скоро мебель сильно пострадает из-за обветшалой крыши. Кто продолжает жить с развалившейся мебелью, так как нет денег для приобретения новой, тот сидит среди рухляди злой и несчастный. Кто с легким сердцем выбрасывает старую мебель, радуясь тому, что получит новую, тот может новую и не получить, ибо получит не такую, о какой мечтал.

Это словно хирургическая помощь, при которой один хирург, призвав на помощь все знания, постарается сохранить пораженный орган – ведь без него никак нельзя, а новый – где взять? Больной же сердит и несчастен из-за того, что врач не лечит. Другой хирург считает, что *незачем этот орган беречь, раз он не является необходимым для жизни. Отрезать – и порядок.* Орган выбрасывается, а причина болезни – злоба – остается. Вскоре заболевает другой орган, и его тоже можно удалить. Только надолго ли их хватит, «ненужных» органов, вскоре настанет черед и жизненно важных. Их уже без замены на новые не выбросишь.

К сожалению, еще ни один бизнесмен в мире не открыл магазина по продаже человеческих органов, где можно было бы честным путем за деньги приобрести необходимый для себя товар. Между тем подпольный бизнес процветает, вызывая у многих зависть к богатым, которые могут приобрести все, что им захочется. Скажете, черный юмор? Нет, это жизнь, где для всех настает такой благословенный час, когда нужно самому решать, продолжать ли безумно гнаться за всем, что продается и покупается, или же остановиться, чтобы оценить и сберечь то, что дано.

4) Кто желает скрыть от чужих глаз свой разваливающийся дом заменой занавесок и покрывал, а также красивыми скатертями и цветами, чтобы снискать уважение друзей и родственников, у того дом рано или поздно рухнет. Помочь никто не сможет. На месте развалин придется строить новый. Но это уже – другая жизнь.

Люди приучились маскировать свои плохие мысли благовидными делами, вежливым

поведением и сдержанностью, пока не нагрят незваный гость – *Смерть*. Или еще хуже – *Безумие*. Люди, старающиеся скрыть свои страхи, могут демонстрировать всем, что они очень счастливы, но безумие, вызванное страхами, делает современные колоритные фигуры столь же смехотворными, сколь они раньше выдавали себя за счастливых. И Злорадство хохочет, не понимая того, что злорадным человека делает только зависть, и манит завистника на скользкую дорогу, ведущую в пропасть.

Когда я гляжу на наших суровых и недовольных эстонцев, которые, насупив брови, настаивают на своих правах, то думаю: *«Слава Богу, что эстонец остался верен себе и не принимает красивую пустую бочку за полную»*. Но у этого мелкого внешнего изъяна, что загораживает большую красоту, которую мы не ценим, есть и другая сторона – не умея обращать свое плохое в хорошее, мы во весь опор мчимся вслед за так называемым развитым миром, становясь все более *выслуживающими любовь*. Другая крайность – полнейший протест и отрицание всего иностранного, ибо протестующий уже успел в своей легковесности пострадать от иностранцев. Кто находит себя, тот находит для себя на белом свете и достойного партнера по работе. Он во всем и во всех видит также и скрытую сторону и не дает себя обмануть.

5) Кто живет для других и для услады чужого взора заново оштукатуривает дом, тот и с собой делает то же самое. Но именуется это косметикой. Подобно тому, как лицо человека отражает его отношение к видимому, так и оштукатуривание и покраска дома есть видимость. Кто восхищается видимостью, у того прекрасная косметика на лице. Кто ненавидит видимое хорошее, у того от косметики на лице возникает аллергическое заболевание и становится еще хуже, чем было.

Тех, кто подчеркивает перед другими свою духовность, поскольку вдруг они не заметят их косметики, не следует принимать всерьез. **Духовность есть внутреннее достоинство, ее не выражают. Она проявляется сама в нужное время и в нужном месте.**

У кого ошибки предыдущей жизни настолько серьезны, что дом этой жизни уже сразу после постройки едва держится, тому потребуется много времени и силы воли, чтобы сделать дом устойчивым и прочным. Новый дом никто никогда не хочет перестраивать сразу. Его стараются сбить с рук. Так относятся и к своим врожденным ошибкам, считая их совершенно неисправимыми. Так легче жить.

Когда-нибудь приходит срок и самому долговечному дому, и тогда он идет на слом. На том же месте возводится новый, на постройку которого идут все здоровые и прочные камни из старой кладки. **Эти здоровые камни – будто вечные жизненные истины, которые передаются от одного времени другому. А видимая мудрость, словно лепнина эпох, разрушается.** Строитель, который строит с душой, словно для себя, распознает правильный камень. Его дом для него – крепость, будь он снаружи каким угодно. Ему он нравится, и это самое главное. Чужому вкусу угождать нельзя.

Каждый человек – тот же строитель, рано или поздно приходящий к познанию истины в цепочке своих возрождений. Подчеркиваю: к совершенному познанию данного уровня, чтобы подниматься на следующий. Развитие никогда не будет законченным. То время, когда очень многим будет нужно пробудиться и подняться, стоит сейчас у порога каждого дома, подавая знак, что человеку следует самому привести в порядок свой дом, превратив его вновь в домашний очаг, тогда не придется сходить с ума от страха перед концом света, как это делают многие.

О душевном увядании

Каждый день мне приходится сталкиваться с удивительно несерьезным отношением

больных к страданиям своего тела. Кое-кто даже заявляет, что кого интересуют болезни, пусть выучится на врача. Об этом я писала в предыдущих книгах и буду писать еще. Значит, так надо.

Привычка считать свою болезнь делом врача весьма живуча.

Что такое привычка? **Привычка – это страх перед новым, страх не ужиться с новым**, страх показаться старым и глупым на фоне нового. Привычка быстро перерастает в борьбу против нового, то есть злобу против нового. Новое – это непривычность, которая начинает разъедать видимую уверенность человека или видимое чувство собственного достоинства, как ржа железо. Страшно, не правда ли, если все это вдруг заметят? Достаточно много таких людей, которые начинают заниматься прощением и ощущают ухудшение самочувствия. Они хотят знать: почему? Кто спрашивает об этом застенчиво и с грустью, кто требовательно и обвинительным тоном. Могу ответить, что если человек живет в мире иллюзий и считает такое положение правильным и нормальным, то пусть и живет себе дальше, коль скоро он не делает этим плохо другим. Если же он не делал бы плохо себе, то не обратился бы к моим книгам. А поскольку при чтении моей книги в нем всколыхнулось сильное чувство вины, что привело к ухудшению самочувствия, то есть две возможности: либо отпустить свое чувство вины на свободу, либо отложить книгу.

Негативная реакция бывает двух видов:

– женская – повышается кровяное давление и ухудшается самочувствие,

– мужская – понижается кровяное давление и ухудшается самочувствие.

Если произошло **повышение кровяного давления**, то Вы привыкли оценивать и находить ошибки в других, а сейчас рассердились на меня, потому что вычитали в книге обвинения в свой адрес.

Если произошло **понижение кровяного давления**, то Вы испытываете сильное чувство вины, и книга лишь подлила масла в огонь, и Вы стали себя обвинять.

И в том и в другом случае Вы не вспомнили, что в ком нет чувства вины, тот не станет винить ни себя, ни других.

Внезапное обнаружение правды не делает счастливым ни одного виновного. Даже когда виновным оказывается человек, который, по своему глубокому убеждению, а может, даже по убеждению большей части общества, делал все правильно. Правда есть осознание и признание двух полюсов жизни. Выход наружу невидимого плохого сокрушает иллюзии человека относительно себя, и это трудно пережить. Знаю это по собственному опыту. Но нужно ли из-за этого скрывать правду?

Кто руководствуется десятью заповедями господними, тому жизнь не причиняет боли.

Нежелание видеть и признавать свои ошибки делает болезни скрытыми и неизлечимыми. Больные бегают по врачам, не доверяя никому из них, обращаются за помощью к экстрасенсам, но и это не помогает. Ко мне приходил записываться на прием мужчина, побывавший до этого у двадцати одного экстрасенса, и никто не сумел его вылечить. Но быть двадцать второй я не захотела...

Пришла пора начать видеть первопричину своих болезней в себе и помогать себе самому. Тогда те большие деньги, что расходуются на медицинские обследования, лекарства, услуги всевозможных лекарей и их рекомендации, останутся целыми и их можно будет употребить на более разумные дела.

То, что у нашего государства тощей кошелек, имеет и обратную незримую сторону: это вынуждает человека помогать себе самому. Это – хорошая сторона плохого. Кроме того, финансовые затруднения медицины не являются лишь проблемой нашего государства, а проблемой мирового масштаба, ибо таково веление времени. Система социального обеспечения в том виде, в каком она ныне существует в мире – все делают хорошее для всех, но хорошо

никому не становится, – обречена на вымирание, – где раньше, где позже. То, что это должно происходить через экономический кризис государств, означает наше всеобщее неумение жить не умирая, то есть изменять не разрушая, через изменение самих себя. **Чем больше одностороннее повышение материального благополучия, тем больше хиреет духовная жизнь и тем больше все тот же творец материального прогресса разрушает свое бездушное творение, ибо созданное ему не мило.**

Люди, живущие в плену привычек, и люди, с готовностью воспринимающие новое, составляют две стороны одного целого. Люди, устремленные вперед, к новой жизни, должны ведь быть здоровыми, однако, как Вам хорошо известно, это не так. Почему? Здесь важно, что и каким путем достигается.

Современные люди, строящие будущее, перебарщивают: они бегут, спешат, проявляют максимализм. Перебарщивание – это страх. Страх перед старым, страх оказаться под ногами у других спешащих, страх перед повторением прошлого и т. д. вынуждает бежать сломя голову. Очень часто свое переутомление люди объясняют тем, что не могут позволить себе отстать от жизни. Вновь и вновь мне приходится повторять: **лишь на соревнованиях по бегу бывают лидеры, которых другие стремятся обогнать.** Кто не участвует в соревнованиях по бегу, того обгон не тревожит, поскольку он знает, что в конечном счете впереди оказывается тот, кто уверен в своем деле.

Однажды стояла я в коридоре своей фирмы, как вдруг врывается женщина цветущего вида, благодарит Бога, что наткнулась прямо на меня: ей немедленно нужно попасть на прием, у нее такая досадная болезнь, которую врачи никак не могут вылечить, а болезнь мешает и в работе. Все это она выпалила на одном дыхании с конкретностью, свойственной деловой женщине. Чтобы вести диалог, собеседники должны владеть одним и тем же языком. Я спросила, прочитала ли она мои книги. Услышав отрицательный ответ, я тут же принесла ей книги. Минутного ожидания было достаточно для ее полного перерождения.

К моему удивлению, в коридоре меня ждала совершенно иная женщина, холодная и решительная. Отстраняющий жест рукой и: *«Нет!! У меня и без того полно дел, чтобы еще книжки читать!»* и – поминай как звали. Неприятие того, что мешает видимому успеху, вскоре приведет ее к вынужденной остановке, так как ей требуется усвоить, что чего человек страшится, то он и получает. Ее преследует страх обнаружить собственную глупость. Людям, видящим жизнь односторонне, я пытаюсь растолковать их душевную жизнь по возможности доходчиво, на основе примеров из их же будней. У человека в голове проясняется, но стоит ему закрыть за собой дверь, как все начисто забывается. *Хорошему человеку негоже цацкаться со своим здоровьем, когда у него столько важных дел. К тому же найдутся люди, которые болезнь вылечат.* И так эти люди все ищут и ищут, пока ноги держат. Раскошеливаются, покуда хватает денег, а затем в ожесточении замыкаются в себе и в лучшем случае играют роль мучеников.

Пример из жизни Недавно пришел ко мне человек с высшим техническим образованием и бросил мне в лицо обвинение, что, мол, ни врачи, ни я не сказали ему, что ему следует начать заниматься спортом. И лишь сейчас, когда из-за обострения болезни он в отчаянии обратился к экстрасенсу, и тот велел ему заняться оздоровительной физкультурой, что он и сделал, здоровье его пошло на поправку. Я не стала говорить ему, дабы не лишать очередной надежды, что если он занимается физкультурой с таким озлоблением, то и этот эффект окажется временным. Я не стала напоминать ему, что когда он в отчаянии обратился ко мне в предыдущий раз, то его состояние **улучшилось**, поскольку злой недуг подстегнул заняться исправлением своего умонастроения. К сожалению, он был способен лишь на косметический ремонт.

Дорогой читатель! Как Вы думаете, это нормально, когда врач объясняет больному

необходимые ограничения и запреты, а тот встречает их в штыки, как встречают в штыки любое принуждение? Или же более естественна ситуация, когда человек начинает сам проявлять активность в своих же собственных интересах, особенно если он – человек взрослый и образованный? Как можно жить в современном мире и ничего не знать о профилактике заболеваний, хотя многих и раздражает, когда врачи слишком настойчиво напоминают о необходимости

- занятий оздоровительной физкультурой,
- закаливания для повышения сопротивляемости организма,
- пребывания на свежем воздухе,
- умеренного загара,
- соблюдения диеты и питания растительной пищей,
- личной гигиены и т. д.

Стоит ли вообще заниматься санитарным просвещением – от чистки зубов до использования туалетной бумаги, если каждому больному по поводу каждой болезни врачу приходится заново объяснять элементарные вещи? Бессмысленно говорить, что врачебное время дорого стоит и что заниматься этим мог бы кто-нибудь другой. Но кто другой? Человек, думающий только о себе, о других не думает, даже если считает себя доброхотом. В частности, он не считается с временем врача, ни с теми, кто ждет в очереди. Для него важно получить то, что он хочет. Один раз, второй, третий и т. д. Каждый раз все сначала.

Вероятно, Вы согласитесь со мной, что определенному уровню цивилизации соответствуют определенные элементарные истины, которые должны усваиваться с детства и не нуждаются в повторении. К ним относятся естественные навыки гигиены.

Задача врача – научить чему-либо новому или внести коррективы с учетом плана лечения.

В человеческом сознании настолько укоренилась привычка получать, что многие принципиально не прилагают никаких усилий для собственного выздоровления. Этим должен заниматься врач. Если же нет, то... Что будет, ясно и без слов. От словесных обвинений дело дошло до судебного разбирательства. И врачи не смеют высказать воинственно настроенному пациенту простое правило сапожников: **работаем из материала заказчика**. Они все еще пытаются прыгнуть выше головы, поскольку до сих пор медицина действительно могла многое. В эпоху расцвета материализма больному оказывалась необходимая помощь, так как больные верили в докторов и не замечали того, что помогали не столько лекарства, сколько душевная сила врача, которую они впускали в свое сердце вместе с верой во врача. Теперь же больные докторам не верят, а аппаратура душевную силу врача заменить не в силах.

Кто не верит, для того медицина сродни любому другому виду насилия, которое является и творит, что хочет. Кто не верит помогающему, тому никто не может помочь. Вера в помогающего позволяет простой деревенской колдунье вылечить профессора. Но неверие во врача не позволит лучшему в мире профессору вылечить того же профессора.

Жизнь проста, усложняем ее мы сами.

Если гордость человека высокообразованного мешает ему воспринять простую истину о необходимости заботиться о своем теле, то существует опасность гибели также и духа, и дух покидает тело этого глупого человека, который считал себя слишком умным.

Тот больной, который столь меня озадачил, дал мне понять, что каждому следует заниматься своим делом. Он объяснил это так: *«Когда у Вас сломается магнитофон, Вы не сможете его починить, а я смогу»*, подчеркивая тем самым недостаточность моих познаний в технике. Я сказала: *«Милый мой! Если Ваше тело умрет, Вы уже не сможете ничего починить, а если мое тело здорово, то я в любое время смогу научиться чинить те же магнитофоны!»* Это его не убедило. Но и болезнь он переносит очень тяжело.

О правах и обязанностях

Люди постоянно подчеркивают свои права. А кто больше всего заботится о своих правах, тот меньше думает о **своих** обязанностях. Зато обязанности **других** отлично известны, и за их выполнением ведется ревностная слежка.

Вместе с тем право и обязанность есть два полюса единого целого.

Все права сводятся к одному большому праву – к святому **праву жить**. Мы вновь и вновь перевоплощаемся в черед своих перерождений с тем, чтобы явиться на Землю за новыми знаниями. Нам даровано святое право возрождаться, чтобы мы смогли обогатиться наивысшей ценностью – мудростью.

Право нам даровано...

А обязанности мы взяли на себя сами...

Прежде всего, обязанность жить по-человечески, и если мы эту обязанность не выполняем, то приходится страдать. То, что мы не всегда помним об этой обязанности – уже другое дело, но совесть все же напоминает нам об этом.

Если Вы не знали этого прежде, подчеркну: **своим приходом на этот свет мы сами берем на себя обязанность жить по-человечески и более мудро**. Божественный закон сохранения энергии гласит, что если ты что-то получил, то следует и отдать. Отдать не для того, чтобы получить, а для того, чтобы отдать. Тогда получение приходит само собой.

В далеком прошлом примитивный человек не вел разговоров о правах, обязанности же у него были, и он этим гордился. Он с радостью выполнял свои обязанности, что делало его мудрее, а это, в свою очередь, придавало ему достоинства. Теперь мы все громче заявляем о своих правах, а обязанности перекладываем на других. Вот и получается, что мы сами себя топим, тогда как другие обязаны нас спасать. А если удастся спасти, то спасенный выражает недовольство.

Чем большее количество раз человек возрождается, тем ответственней и сложнее становятся его обязанности. Умный человек, здоровый и уравновешенный, почитает это за дело чести, и смысл обязанности меняется. Псевдоумный требует налаживания своей жизни от других. Человек, считающий себя глупым, кричит под грузом своих обязанностей и не знает того, что как относишься к себе сам, так к тебе будут относиться и другие. К сожалению, в таком случае жизнь не улучшится. Если человека, взявшего на себя обязанность, принуждают эту обязанность выполнять, либо он сам себя принуждает, то ему придется, стиснув зубы, хранить свой протест в себе, чтобы быть в состоянии исполнять эти обязанности. При принуждении святая обязанность оборачивается тяжелой ношей.

И я тоже взяла на себя **святую** обязанность. И трудную. Но я стараюсь сделать ее полегче.

Мною взята обязанность помогать так, как умею на данный момент, а если не умею, то ломаю голову, пока не сумею. Так реализуется моя обязанность оказывать помощь и двигаться по этому пути в сторону совершенства по воле судьбы и по собственному желанию. Я несу ответственность за **свою** работу, но не могу отвечать за чувства, мысли, слова и поступки **другого** человека, даже если тот меня к этому обязывает.

Мне, врачу с 22-летним стажем работы гинекологом, даны право и обязанность видеть и проследить психосоматический ход развития болезней, поскольку я всегда была убеждена в том, что болезни возникают от нервного напряжения и что они способны уходить тем же путем, каким приходят. Мое желание лечить не вредя было услышано, мое терпеливо-неторопливое – чтобы не пороть горячки – обретение знаний и их вызревание было принято в расчет. Таково мое счастье. Несчастье же в том, что хорошие люди костерят меня за инакомыслие. Счастье и

несчастье – два полюса единого целого.

Хочу передать Вам эти знания в той же последовательности, в какой они были получены. Чтобы Вам было легче, буду время от времени, по мере необходимости, напоминать основные истины, изложенные в двух предыдущих книгах.

Если Вам захочется найти различия или разночтения между этими тремя книгами, то эти различия характерны для каждой стадии созревания. Подобно тому, как зеленая яблочная завязь постепенно превращается в румяное яблоко, так и поверхностное знание становится все более основательной и обстоятельной мудростью. Так меняются мои знания, и от углубления Вашего понимания они изменяются еще больше.

Мои книги – об энергии мысли, являющейся наиболее важным для человека видом энергии.

Когда человек мыслит правильно, то он правильно дышит, правильно питается, правильно двигается, живет правильной социальной жизнью и доволен своей жизнью.

То, что я говорю о дыхании, питании и движении лишь в связи с мышлением, не означает, что эти виды энергии имеют меньшее значение, как ошибочно считают некоторые. Ни один учебник не содержит полного объема всех знаний. Универсальная книга мудрости не имела бы ни начала, ни конца, потому что человечество черпает все новые знания и никто кроме человека умных книг для человечества не напишет.

Постарайтесь понять, что один человек может выразить лишь часть целого, являющуюся для читателя дверью, какую **этот** читатель – в соответствии со своими способностями понять излагаемое – открывает для себя **сами** видит за ней то, что ему дано видеть. Если желает видеть больше, то увидит. Если не желает – не увидит. А в результате люди удивляются: как же так, глядим на одно и то же, а видим разное.

Не каждому дано умение видеть. Это умение каждый может развить. Книгой, соответствующей наивысшему уровню человеческого понимания и усвоения, является Библия, но ее умеют читать лишь немногие.

Что это значит?

Это значит, что для понимания смысла мало быть грамотным и уметь читать. **Во всем проявляется Божественное триединство.**

Все сущее, в том числе книги, имеет три уровня:

- дух,
- душа,
- тело.

Мы привыкли первичным считать тело, наряду со всеми остальными-проявлениями материального мира, и даже сейчас, находясь в поисках мира духовного, норовим незаметно скатиться в трясины старых представлений.

I. Слово – то же тело, независимо от того, высказано ли оно устно, изложено ли на бумаге или вплетено в мысленную пряжу. Слово выражает, слово выявляет незримую душу. Многие люди говорят, что не ждут за свой добрый поступок никакого вознаграждения, а ждут лишь слова благодарности, подчеркивая тем самым свое особое великодушие. Должна сказать, что совершенно уравновешенный, то есть смелый человек не ждет даже слова благодарности, поскольку знает, что слово является выражением чувства на физическом уровне. Смелый человек знает, что делает, и воспринимает всеми органами чувств чувства другого как поучительную для себя ответную реакцию.

II. За словом скрывается смысл, значение, или душа.

Чем человек становится мудрее, тем больше расширяется для него смысл слова.

- Для ребенка и примитивного человека слово имеет ограниченное конкретное значение.
- Для человека немного умнее то же слово содержит больше информации.

– Для человека намного умнее это слово обозначает нечто такое, что заставляет его думать дальше, рождать новые мысли.

– Для человека очень умного слово содержит целую жизненную философию, целое мировоззрение, движение.

Что это значит?

Например, я прошу: «*Пожалуйста, дайте мне книгу*». Ребенок или человек с детским умом поспешно протянет мне первую попавшуюся. Может быть, на столе перед ним лежала и не книга вовсе, а тетрадь, но для него это книга, и он дает ее мне, сияя от радости, что может угодить. Немного умнее человек переспрашивает: «*Вам толстую или потоньше?*», поскольку знает, что иной раз нравится легкое, а иной раз серьезное чтение. Кто еще умнее, тот дает именно ту книгу, какую я имела в виду, так как знает мои интересы. Человек, который еще умнее, протянет книгу, но прибавит полезное замечание о ее содержании. Умному человеку объяснять не нужно, он все схватывает с полуслова.

Люди часто обижаются, мол, почему мне прямо и ясно не сказали, что мой прекрасный план никуда не годится, почему разговор велся обиняками. На самом деле человек этот обижается на то, что другой счел его умнее, чем он есть. Он не понимает, что всякий человек приходит на свет делать хорошее, поскольку в нем заложена потребность творить добро.

Адресованные другому добрые дела, добрые слова, а также почитание другого лучше, чем он есть, являются подсознательным желанием возвеличивать и через это возвеличиваться самому. На этом основывается и вежливость. Из деликатности с человеком говорили экивоками, а тот по глупости не сумел этого понять.

Если Вы признаетесь себе в своей глупости и прекратите обвинять другого в желании вас одурачить, то уже от одного этого станете умнее. Если же гордость не позволяет признаться в своей глупости, то Вы так глупым и останетесь, поскольку не удосужились пораскинуть мозгами и упрямо цепляетесь за свое.

Так незаметно и увязнете в своей правоте и не сможете открыть дверь для нового. Подобным образом возникают все жесткие, негибаемые представления, которые вызывают шейный радикулит и непременно атеросклероз. Вот и сделались страдальцем.

Во всем есть скрытый смысл, то есть душа. Не будь души, не было бы проблем. Но она есть и заставляет нас думать – быть человеком.

Например, многие удивляются: «*Всякий раз, когда я перечитываю Ваши книги, я понимаю их по-новому?!*» Это естественно. С каждым прочтением Вы становились умнее, научались шире и глубже вникать в смысл слова. Книги обрели в Вас жизнь и стали родником питать Вашу душу. Ведь написала я их от всего сердца, даже если порой кажется, что я ругаю, корю, критикую. Если Вы читаете с открытым сердцем, Вам не покажется, что я ругаю, корю или критикую.

Всякая книга может подобным образом жить в сердце читателя, даже детектив, и тогда она становится наставником. Чем больше Вы будете читать сердцем, тем больше станете удивляться, как это раньше не чувствовали ценности той или иной книги.

Все меньше становится людей, которые уже при первом прочтении способны настолько погрузиться в книгу и вобрать ее в себя, что полностью отгораживаются от окружающего мира. Такие люди имеют смелость заниматься милым сердцу делом и не позволяют поработать себя людям, не любящим чтение. Смелость делает книжную мудрость живой для читателя.

Испуганный человек поверхностен, поскольку всюду, и при чтении, спешит получить свое. Он держит в руках книгу, но не догадывается о том, что единственная ценность, которую он здесь ищет, – это мудрость. Мудрость – это сила, свобода, счастье. Мудрость – это любовь. Кто ищет в книге только события, то есть захватывающий сюжет и эмоции, тот из моей книги вычитает лишь примеры, а мудрость останется неусвоенной. То же повторится и с книгами

других авторов. **Словарный запас** человека ограничен, **сокровищница** слов безгранична. Безграничной ее делает душевное общение. То, что мы друг другу говорим, то, что мы слышим, обоняем и осязаем, – это **примитивное общение**, крошечная часть общения в полном смысле этого слова. То, что ощущали наши сердца, когда мы произносили слова или глядели в глаза, **есть душевное общение**, у которого нет границ. **Слова забываются. Душа помнит вечно.** И в последующих жизнях тоже. Эти границы навыков душевного общения каждый может научиться расширять до бесконечности, если того желает и упорно ищет возможности для этого.

III. Третий уровень – это дух. Это единственная уравновешенная и беспроблемная часть в нас. Это уровень душевного покоя.

Дух – совокупность усвоенной душой мудрости. Всякий раз, когда мы усвоили некий жизненно важный урок, наши чувства на некоторое время успокаиваются, поскольку дух стал мудрее. Вскоре он подаст знак, что хочет снова учиться – желанием что-нибудь сделать или идти дальше.

Душевный покой – обретение все новой мудрости, а не почивание на старой. Кто постоянно становится мудрее, того не мучает душа. А у кого, несмотря на неустанную рьяную учебу, душа беспокойна, тот заполняет свое сознание лишь чужой мудростью, которую он в себе пока еще не оживил. Что это значит?

Пример из жизни

Обследовала я одного молодого человека, ощущавшего тяжесть в голове, лоб его нависал над переносицей, глаза глядели с подозрением. Жизнь для него стала безнадежным мучением.

Его душевная жизнь была словно окружавшее его жаркое пламя, состоящее из крохотных язычков огня. Всякая прочитанная книга – а было их очень много – всякий пройденный курс – их также было немало – любая речь умного, по его мнению, человека – а умными казались ему все, кто рассуждал с умным видом – были словно языки пламени, что жгли его и обвиняли в том, что сам он не так умен и ничего не может. Он не нашел применения своим знаниям, потому что не понимал, что учился он только для себя и что это как раз и важно.

Он не понимал того, что история развития человечества излагается в книгах людьми, которых избрала для этого судьба и которым дан дар словесного выражения. Эти люди, подвижники своего дела, излагали на бумаге мудрость своей эпохи, чтобы последующие поколения больше не тратили времени и силы на «изобретение велосипеда».

Он не догадывался о том, что книжную мудрость следует обратить в живую душевную мудрость, тогда она становится нашей собственной. Былое не сочтет нас ни ворами, ни ряженными в чужие перья, ибо, в отличие от человека, оно не завистливо. История – это дающий.

Знания делают нашу жизнь легкой, свободной, независимой, счастливой. Знания позволяют нам идти по жизни творцами, а не перетаптываться с ноги на ногу в принадлежащем человечеству складе с ценными рабочими инструментами и сокрушаться, что они не наши. Страх, что меня не любят, не позволяет видеть, что эти рабочие инструменты, то есть знания, тянутся к человеку, говоря: *«Возьми и пользуйся нами, для того мы и созданы! Построй с нашей помощью свою жизнь. Не бойся, нас не убудет. Наоборот, нас прибавляется соответственно потребности».*

В этом духе я старалась объяснить молодому человеку его муки, муки горения в огне безжизненной мудрости, и сказала: *«Возьмите теперь из этого огня один язычок и вложите в свое сердце... Что Вы чувствуете?»* На миг он застыл. *«Сердце стало теплым».* Через мгновение – *«Сердце стало легким».* Еще через мгновение – *«Голова стала легкой и ясной».* Так возродилась к жизни безжизненная мудрость человека. Прежде он обязывал себя стать умным.

Говорят, кто ищет, тот находит. Находит то, что искал.

Говорят, что и слепая курица находит зернышко. Но поскольку маленькое зернышко слепой курице не увидеть, то она находит большое, о которое спотыкается. «Ядрышко» одинаково как в маленьком, так и в большом зернышке. Каждый находит, как умеет.

Кто выискивает в слове недобрый скрытый смысл, тот его находит, даже если собеседник говорил без задней мысли. Уши слушающего делают из мухи слона. Жизнь человека – со всеми ее играми, школьными занятиями, делами и начинаниями, а также трудными преградами – является с начала до конца одним большим уроком, где постоянно следовало бы задавать себе вопрос: «*Чему это меня учит?*» Рассуждая с самим собой подобным образом, человек приходит к тому, что мудрость человечества становится в нем живой мудростью, избавляя его от необходимости идти дорогой страданий и тратить всю жизнь на открытие уже открытой мудрости.

Псевдопонимающие

В начале каждой беседы я говорю то, что человеку следует знать, чтобы понимать меня. Чтобы вообще понимать кого-либо или что-либо, нужно помнить:

Не бывает плохих людей, но в каждом человеке есть плохое. Мы являемся на этот свет, чтобы плохое исправить. Каждый является исправлять свое плохое – это и есть жизнь. Жизнь продолжается, покуда есть плохое, требующее исправления. Проще говоря – жизнь продолжается, покуда есть работа.

Пожалуйста, не читайте дальше, пока Вы не уяснили смысла этого абзаца!

К сожалению, в нас настолько силен страх *меня не любят*, что стоит лишь заговорить с человеком о том, что в нем гнездится плохое, дожидаясь освобождения, как человека мгновенно блокирует страх, и он уже не в состоянии воспринять то, о чем я говорю и ради чего он, собственно, и пришел. Ведь не я же к нему пришла. Страх перед обвинением в том, что я плохой и сознательно делаю кому-то плохо, парализует способность мыслить даже у сильнейшего человека.

Свою речь я часто начинаю словами: «*Постарайтесь правильно меня понять...*» и затем повторяю общую теорию в необходимом для конкретного человека ракурсе, после чего перехожу к толкованию его личных проблем. Большинство сразу говорит, что понимают меня – все-таки воспитанные люди – но я-то вижу, что это за понимание.

Вижу, как иной тщится понять, ибо беда загнала в угол, но отношение у него скептическое. Он надеется, что если будет поддакивать мне, то я избавлю его от недуга. Не верит, что избавлю, но надеется. И на том спасибо.

Бывают и такие, которые заходят в кабинет, злясь на себя из-за того, что пришли. Беда заставила, но страх и уверенность в том, что все равно их будут ругать, не проходят до конца приема. Они настолько привыкли к ругани в общении, что иного и не слышат. И если потом кто-то спросит, о чем шла речь, скажет: «*Да ни о чем. Обругали почем зря, вот и все*». И все верят. Наверное, Вы спросите, зачем я вообще занимаюсь такими людьми. А потому, что они – больные, которых я все еще притягиваю к себе. Чем больше я освобождаюсь от страха оказаться виноватой и от страха оказаться мишенью для злословия лицемеров, тем меньше приходит таких людей.

Приходят родители, которые, несмотря на скептицизм, позволяют супругу притащить их с собой во имя здоровья ребенка. Может ли удержаться на плаву корабль, если его корму или нос тянет на дно? Любому скептику следует знать, что **скептицизм – это страх лишиться прочной опоры**. Скептику неизбежно придется когда-нибудь пострадать от своего скептицизма, ибо он вынуждает жизнь стоять на месте. Скептику подавай доказательства того, что еще не родилось.

Он сам не даст материализоваться невидимому, скорее торжествующе воскликнет: «*Ведь этого не существует!*»

Что делать, если Вы очень хотите помочь своему ребенку с помощью прощения, а Ваш супруг высмеивает Вашу затею? Либо это делает кто-то другой, кого ни объехать, ни обойти. От этого Вам очень больно. От жалости к себе Вы можете **разгневаться**, поскольку **гнев возникает как раз от жалости к себе**. Осознайте, что **наилучшее лекарство – просьба о прощении**. Я не ошиблась, говоря так. Именно попросите у супруга от всего сердца прощения – **прежде всего мысленно**– за то, что взрастили свой страх до злобы на его негибкое отношение ко всему новому и невероятному и не заметили, как стали думать, что все равно он не захочет понять. Постарайтесь представить себе диапазон последствий такого отношения.

В какой-то миг Вас озарит: «*Боже правый, что же я натворила!*» Как только Вы поймете враждебность своих мыслей по отношению к себе и к другим, Вы сразу же сможете попросить прощения от всего сердца. Вы почувствуете, что сами хотите этого, а не действуете по принуждению. Очень хотите, потому что нуждаетесь в этом. Попросите прощения за то, что своим скептицизмом спровоцировали его скептицизм, не имея представления о своем заблуждении. Попросите прощения за все недоброе, что сопряжено со скептицизмом или что вспомнилось в данный момент. Простите себе свою ошибку. Попросите прощения у своего тела и у ребенка за то, что эта мысль не посетила Вас раньше и потому Вы подвергли их страданиям.

Если Вы почувствуете, что на сердце полегчало, то, значит, супруг стал более податливым. **Лишь теперь настало время просить у него прощения на словах** за свою ошибку, причем так, чтобы снова не спровоцировать в нем непокорности. Малейшая нотка обвинения в голосе уже провоцирует. Поэтому освобождение от страха оказаться виноватым имеет первостепенное значение в лечении. В ком нет чувства вины, тот не становится обвинителем.

Мне также приходится иметь дело с людьми, необыкновенно хорошо воспитанными и во всем послушными, которые сидят и ждут, чтобы я вложила им в голову мысли, которые они потом так же механически повторили дома, а потом недоумевают, почему проблема не разрешилась. Такие люди держатся лишь благодаря надежде, что жизнь станет хорошей, что жизнь сделают хорошей. Их жизненная пассивность поразительна. Им невозможно втолковать, что они достойны своей судьбы.

Встречается и другая крайность – человек, живущий легко, как бы играючи. «*На то и телефон, чтобы по нему звонить*», говорит он и набирает номер: «*Скажите, пожалуйста, какой стресс я должен развязать?*» У него потрясающая лень мысли. Если бы я ответила ему его же вопросом, то это огорошило бы его. Меня охватывает грусть, когда приходится говорить, что это не телефонный разговор. Такого человека нельзя даже по-матерински пожуричь за столь легкомысленное отношение к серьезным вещам, потому что он обиделся бы и заработал по крайней мере насморк, если не что-нибудь похуже. А он говорит: «*Мне можно сказать о плохом прямо, я ничего не боюсь*». В мольбе о помощи возвожу взор к небесам – один Бог знает, насколько мучительно вести подобные вежливые разговоры, которые ни к чему не приводят. **Качество жизни выявляет пассивность или активность человека в деле преобразования этой жизни в достойную для проживания.**

О каком деле идет речь? Кто делает? Как делает? Когда я об этом спрашиваю, то возникает впечатление, будто человеку вlepили пощечину. Кстати, именно пощечиной пробуждают к жизни человека, потерявшего сознание, или, иначе говоря, призывают дух снова вернуться в тело. Это очень эффективное средство для тех, кто не испытывает физической боли от своего недуга.

Боль – превосходное средство для пробуждения от душевного равнодушия, она делает человека активным борцом за жизнь. Хотя борьба и означает увеличение энергии злобы, но она

все же лучше, чем апатия, вялое безразличие, когда человек рассчитывает лишь на других и в конце концов начинает их же и обвинять. Такой человек будет приходить на прием снова и снова, пока я не причиню ему боль, сказав требовательно: «*Мы не встретимся прежде, чем Вы начнете заниматься исправлением своего умонастроения*».

Я уже говорила, что когда я была глупее, то мне позволялось делать ошибки и меня не наказывали свыше. Я исцеляла людские болезни, добивалась удивительных результатов и была счастлива до небес. Так меня учили верить в себя – ведь мы всего лишь *испуганные люди* и поэтому нуждаемся в подтверждении своей теории, или ощущений. Нам необходим хороший результат в работе.

То, что я всякий раз благодарила Бога, а не била себя кулаком в грудь и не заявляла горделиво: «*Это я! Я!! Я его вылечила!!!*» — было моим счастьем. Для меня характерно состояние, когда ощущение собственной ничтожности сменяется ощущением своей сопричастности к тому необъяснимому, что служит опорой и придает силы. В такие минуты я обретаю смелость поверить своим мыслям, возникшим в момент озарения, и действовать согласно им.

Себе я все чаще говорю: Бог помог, но людям говорю такое очень редко. Не хочу отпугивать бывших атеистов упоминанием имени Господа. Покуда человек не познал, что такое Бог, нет смысла ему это навязывать. Пусть у Бога нет имени, главное, что он есть. Бог потому от нас не отворачивается, что относится с пониманием к своим детям. Он – Всё сущее.

Сама я лишь в последние годы стала именовать это необъяснимое Богом, удивляясь тому, как по мере возрастания веры в себя расширяется и мое представление о Боге, придавая мне все более ясное и совершенное ощущение уверенности. Лет десять тому назад я постыдилась бы признаться в этом кому бы то ни было. Страх оказаться предателем в стане атеистов вызывал чувство стыда. Когда человек стыдится признаться в своей вере, это означает отсутствие уверенности в себе. Эта уверенность является верой в себя, или душевным покоем, что дает возможность видеть и познавать мир все шире и глубже. Для меня все яснее становится постулат: помоги себе сам, тогда тебе поможет и Бог. Бог может проникнуть в человека в той степени, в какой человек впускает его в себя, то есть в той степени, в какой он верит в Бога или в какой он не боится верить в Бога.

Проповеди о Боге и цитирование Библии еще не есть вера.

Но об этом позже.

Чем человек становится мудрее, тем большей прозорливостью и тем большим терпением он должен обладать для веры в правильный результат. По своему опыту я также знаю, что единственно положительным и устойчивым результатом бывает тот, который человек достигает сам, когда осознает свою ошибку.

Что такое чудо? Является ли исцеление от рака чудом? По вашему мнению, да. А по моему мнению и по мнению выздоровевшего, нет, поскольку нам известно, какая работа над собой проделана ради исцеления. Чудо здесь ни при чем. Недаром пословица гласит: дело мастера боится.

Псевдопонимающие могут быть очень разными.

Приведу наиболее типичные примеры.

1. Напротив меня сидит человек, у которого глаза загорелись восторгом от первых же моих слов. Я говорю с ним о том плохом, что в нем есть и что дожидается освобождения, тогда как он восторгается мною. Он готов визжать от восхищения, поскольку я говорю о нем правду. Вот это да! Какая пронизательность! Я делаю серьезную работу, а он от радости не может усидеть на месте. *Для него я словно дождь, что начисто отмывает оконное стекло, то есть его самого. Он любит дождь и своим чистым ликом, не понимая, что стекло было вычищено для того,*

чтобы через него смотреть – внутрь и наружу. И не только смотреть, но и видеть. Этот приятный во всех отношениях человек должен будет приложить много усилий, прежде чем работа его мыслей начнет приносить плоды. Однако он не безнадежен.

2. Напротив меня сидит человек с серьезным видом всезнайки. Весь его облик излучает непоколебимость. К тому же у него есть козырь: сознание того, что он сам оказывал помощь страждущим. Рассказываю ему о том, что в нем плохого, и наталкиваюсь на неизменную реакцию:

«Я это и так знаю. Это я уже давно выправил». Я объясняю, что если бы он освободил стресс полностью, то я этого стресса больше не видела бы, и недуг бы прошел. Он же привык лечением считать коррекцию биополя с помощью энергии или же, выражаясь попроще, лечение руками, и поскольку он не видит движения мыслей, то и не верит.

Остановка на достигнутом, особенно если речь идет о достижении на духовном уровне, является стопором для многих целителей. Когда возникает ощущение, что достигнут потолок наивысшей мудрости, то развитие прекращается. Пытаюсь раскрыть его проблему с одной стороны, с другой, в результате же он лишь больше раздражается и про себя думает: *«Зачем я вообще сюда пришел, если она ничего особенного мне не говорит!»* Мне очень трудно не сказать ему, что в нем нет ничего особенного, особенным считает себя лишь он сам.

Он подобен люку канализационного колодца, который начинает все более выдаваться наружу по мере того, как тяжелые транспортные средства уплотняют проезжую часть вокруг него. Своим приподнятием он хочет скрыть содержащиеся в нем нечистоты, не понимая того, что если бы под ним в трубах текла чистая вода, то он не был бы люком канализационного колодца, который кичится тем, что так отважно противостоит едущему по нему транспорту.

Если вместо подавления своих стрессов он признался бы себе в том, что делает это из страха показаться плохим, то он был бы прекрасным люком, который оседает вместе с дорогой, служит своему предназначению и не реагирует болезненно на тех, кто выше его. К сожалению, большинство людей не желает видеть текущих в себе нечистот, пока те не начинают переливаться через край. Такой человек обычно не сгибается – он ломается. Для подобных людей характерно следующее самооправдание: *«Это мое предназначение! Мое!!! От судьбы не убежишь. Страдания тоже нужны. И т. п.»*.

3. Напротив меня сидит ожесточившийся человек, внутренне готовый в любую минуту защитить себя даже тогда, когда на него никто не нападает, – свидетельство того, что он хлебнул в жизни немало горя. У него больной ребенок. Хирург мог бы помочь, но не вполне уверен в результате. Но врача он не винит. Но почему жизнь такая плохая? Разве не достаточно того, что его родителям пришлось стоять под дулами автоматов и покинуть родной дом? Почему это выпало на долю именно его родителей, а не других? Ведь ребенок никогда не сможет простить пережитой несправедливости, иначе и быть не может. Как в его родителях, так и в нем самом навсегда поселилась непримиримая злоба на то государство, которое сотворило такое. Государства не стало, а злоба живет, ширится и незаметно перерастает в злобу против любого государственного строя.

На самом деле он ненавидит власть, то есть рабство, или отсутствие свободы, и хотел бы отомстить тем, кто повинен в создавшейся ситуации, но не думает о том, что без государства и без законов сам он прожить не сумеет. Он не в состоянии осознать, что, независимо от государственного строя, с каждым человеком случается то, что он сам притягивает к себе своими мыслями.

Он подобен первобытному человеку, который крадется в зарослях и пытается замести следы. В кустах он вырыл большую волчью яму и на дно положил приманку – зарезанную овцу.

Эта яма – месть старому волку, который резал их овец еще при жизни родителей. Всегда начинал с их отары, до соседской так и не добирался. Времена изменились, а злоба на старого волка продолжает расти. Сверху яма замаскирована. Заклятый вражина угодит в нее, привлеченный запахом свежатины.

По той же тропе идет ребенок. Он, послушный сын своих родителей, идет по проторенной ими тропе и попадает в ловушку. Вы спросите: почему ребенок должен страдать из-за родителей? Потому что он послушно перенял от родителей жажду мщения. Эта ловушка, в данном случае болезнь, являет собой плохое, но она не позволяет ребенку стать жестоким мстителем, и потому она хороша. Ребенку моего посетителя мог бы помочь хирург, но он не уверен в результате. Умный попался хирург – чувствует, что телу-то, пожалуй, он мог бы помочь, но душе от этого станет лишь больнее, и в результате будет только хуже. Врач ждет более подходящего момента, вернее, ему рекомендует ждать его под сознание: вдруг пациент начнет заниматься собой и тем самым создаст благоприятные условия врачу и себе для послеоперационной реабилитации либо же выздоровеет безо всякой операции.

4. Передо мной сидит человек, который понимает, что все его беды и несчастья – от матери, но осознание этого ему не помогло. В дополнение к обычному для него поиску и нахождению виновных теперь еще добавился корень всего зла – мать. Гляжу я на душевную слепоту таких людей, на их страх меня не любят, который перерос в подавляемую враждебность к миру, и думаю: «Ну почему моя книга попадает в руки к таким людям? Потому что и они тоже хотят освободиться от душевной муки? Так-то оно так, но ведь они не умеют читать».

Такой человек похож на засевшего в кустах снайпера, который держит палец на спусковом крючке. Стоит ветке колыхнуться от ветра, как он моментально открывает огонь по первому попавшемуся движущемуся объекту, довольный тем, что уничтожил врага. И когда он с криком «ура» выскакивает из-за кустов и, ослепленный победой, бросает взор на лежащие тела, то не замечает, что одно из них – его мать. Человек, который дал ему физическую жизнь и ее уроки. Мать он выбрал сам, но признаваться в этом не желает, потому что хочет найти виновника своих бед. Искать виновника в себе он не умеет.

5. Передо мной сидит мужчина, у которого произошел разрыв с очередной женщиной. Он ни на что не жалуется, а хочет умереть, но не знает, как это сделать солидно, чтобы у детей не осталось о нем плохих воспоминаний. Ко мне его привела слабая надежда на то, что его дети от разных браков, несмотря на подстрекательства матерей, нуждаются в нем или хотя бы в его деньгах.

Из него приходится вытягивать слова либо говорить за него самой – тогда он кивает. Его вера в брак, включая свободный, и в женскую любовь вообще потерпела крах.

Он по-мужски хорош собой, лицо же почернело от горя. На нем написаны бессонные ночи и выпитые напитки. Этого он не скрывает. Он не подчеркивает свой ум, ибо от этого в жизни не было никакого прока. Не оплакивает свои деньги, поскольку рад, что вообще уцелел, когда вылетел из дома, точно пробка из бутылки. Он хотел бы знать, почему с ним всегда происходит одно и то же и с каждой новой женщиной все хуже, хотя вначале теплилась надежда, что на этот раз выбор сделан правильный.

Этот мужчина напоминает голодного перед блюдом с обильной пищей. Взявшись за вилку и нож, он только приготовился поднести ко рту первый кусок, как в дверь вливается прекрасная женщина с аппетитно колышущимися формами. Мужчина напрочь забывает про еду и замороженно пожирает глазами красотку. Та движется по комнате колдовскими кругами, и голодные глаза мужчины сопровождают ее до тех пор, пока он не свернет себе шею.

Он не понимает, что его собственный голод по женской любви делает из любой женщины красавицу, а когда он в спешке утоляет аппетит приготовленной ею едой, то глаза его

проясняются, и он видит, что эта женщина – совсем не то. Но женщина чувствует это и готовит пищу уже без былой любви. Она тоже ощущает, что это не то. Чтобы загладить свою ошибку, мужчина пытается завоевать чувства женщины деньгами, не понимая того, что этим перекрывает себе дорогу к сердцу женщины. За звоном монет не слышен нежный звон колокольчика души. Ему подавай душу, а он сам путает ее с телом. Мужчине не везет с женщинами, а женщинам не везет с ним. Для обеих сторон беда происходит от гордыни, которая не позволяет приникнуть к сердцу друг друга, чтобы услышать, что сердца все же бьются в унисон.

Людей сводят вместе их души, а разум разрывает это единение на лоскутки. Величина душевной боли указывает на серьезность разрушительной работы. Жизнь детей свидетельствует о глубине разрушения. Жизнь внуков выявляет тотальность этого разрушения.

6. Напротив меня сидит мужчина, который вежливо выслушивает мою речь о том, что его болезнь – результат неправильного мышления, то есть страха *меня не любить* разившейся из него печали, и, чтобы не тратить попусту мое драгоценное время, начинает объяснять мне с особой убедительностью интеллигентного человека: *«Уважаемая госпожа! Примите мои уверения в уважении к Вам за эти превосходные книги. Это чудесно, что эстонке такое подвластно. Но поверьте, у меня этого страха нет. Я – умный человек. Я – известный человек. Я – знаменитый человек. Я – человек мира. Я – человек музыки, человек культуры... Меня любят женщины. Меня любит коллектив, так как никого не обделяю вниманием. В течение дня у меня находится минутка для любого, даже для уборщицы, чтобы поинтересоваться, нет ли у него проблем».*

Как сказать этому умному мужчине, что со своими страхами он похож на котенка, слишком рано отнятого от матери. Он давно надоел обществу, о ноги которого трется с мурлыканьем, желая выслужить ласку и знаки внимания.

Смелый человек не растрчивает себя и других на пустую светскую беседу, но и не оставляет невысказанным необходимое. Он знает, что тому, кто не понимает без слов, нужно сказать вслух. Глупый благодаря этому поумнеет, а долг умного – делиться умом с глупым. Воспримет ли его глупый, это его личное дело. Мой смелый посетитель не понимает, насколько он труслив.

7. Я спрашиваю у сидящего напротив человека, какая проблема его мучает. *«Нет у меня никаких проблем»*, – отвечает он, резко выпрямляясь. *«Зачем же Вы пришли, раз у Вас нет проблем?»* —интересуюсь я, пытаюсь разговорить этого отважного человека, придавленного грузом проблем. *«Видите ли, я занимаюсь умственным трудом. Дома и на работе у меня все в порядке».* Он запнулся, подыскивая слова. *«Но мне ничто не доставляет радости».*

Вижу: человек разговорчивый, с зычным голосом, всегда оставляющий за собой последнее слово – и на работе, и дома. Его мнение единственно верное. Он трудолюбив, другим за ним не угнаться. И другим приходится работать в том же духе, что и он. Хорошо образован, много занимался самообразованием. Знаком с новейшей литературой New Age. Бережлив и экономен по отношению к себе и к другим. Не тратит ни минуты зря.

Он напряжен, словно струна – образцовая модель современного идеального человека – и не смеет признаться себе в том, что тратит свою энергию на подавление страхов, на сдерживание злобы, поскольку не смог бы пережить позора, если бы кто-нибудь увидел, что он роняет собственное достоинство. Несмотря на все положительные качества, его считают скучным. Трудно выносить его общество. Его ум отвращает молодых от учебы. Он ждет сердечной похвалы и признания, но сам лишен эмоций, а благодарности без эмоций не существует. Он подобен шмелю, что будит на рассвете природу. Он громко жужжит возле цветка, пока тот

не раскроет свои сонные цветочные глаза. Тогда он летит ко второму, к третьему – все быстрее и быстрее, чтобы успеть их разбудить, иначе проснутся сами. Он считает, что это он раскрывает бутоны, и не понимает, почему цветы обращают свой радостный лик к солнцу. «Это я, я, я разбудил вас!» – кричит его душа, но цветы-то знают, что за сила заставила их улыбаться. Усталость, пресыщение, разочарование и безнадежность суммируются в душе шмеля в одну большую депрессию. Разве найдется здесь место для радости?

8. Передо мной сидит женщина с опухолью груди. От напряжения сидит неестественно прямо, аж прогнулась назад. Она пришла узнать у меня причину своего недуга. К сожалению, в этом желании нет намерения начать изменять себя. Она желает знать, кто виноват.

Вижу ее огромную ожесточенную обиду на то, что ее не включили в число высоких гостей. Праздничные приготовления пошли насмарку, прекрасные мечты обратились в прах. Маленькое сердечко стало терзаться от унижения, которое вызревает в месть. Болезнь явилась помешать ей в этом. На утешения со стороны мужа женщина реагирует, как всегда, с видом полного безразличия. Решительный жест руки, каким отстраняют оказавшегося на пути человека или прерывают надоевший разговор, и резкая отповедь: «Вот уж нет! Это ничуть меня не задело. Не хватало еще из-за этого плакать».

Злость на мужа, который мог бы проявить деликатность и не заводить этого разговора, затаилась там же, где и обида – за стеной гордости.

Я сказала женщине, что последней каплей, переполнившей чашу ее стрессов, стала обида на то, что ее не сочли достойной общества. На мои слова она отреагировала столь молниеносно, что я не успела даже закончить свою мысль. Когда она вскинула подбородок и, грациозно вытянув пальцы, сделала решительный отстраняющий жест рукой на манер: «Прочь с дороги, я иду!», то я уже знала, что она скажет. Так и оказалось. Те же слова, что и мужу.

Она напоминает ценный фарфоровый кувшин, ручка которого от долгой службы сломалась и ее искусно восстановили с помощью клея. Не хватает лишь маленького, но очень важного и видимого глазу кусочка. Поэтому украшенный позолотой кувшин стоит в темном шкафу, где стоял и прежде и где ему всегда было хорошо. На свет его извлекают редко, когда вспоминают старые добрые времена. Но кувшин жаждет стоять на обозрении в новом дорогостоящем шкафу и не понимает, что он не впишется в псевдоантикварный интерьер. Маленький недостающий осколок превращается в червячка, точащего сердцевину яблока, и если кто возьмется за кувшин, то в его руке останется лишь ручка, а сам кувшин упадет и разобьется вдребезги.

9. Передо мной сидит мать, у которой на душе большая тревога за своего ребенка, прикованного к инвалидному креслу. Никакого принуждения с ее стороны не было, а потому абсурдно предположить, что ребенок не ходит как бы в знак протеста. И о каком принуждении может идти речь, если он такой с раннего детства. И вообще она сторонница воспитания примером. Еще будучи ребенком она заметила, что от родителей, которые постоянно ругают своих детей, дети убегают куда глаза глядят, как только твердо становятся на ноги.

О том, что она сама – одна из таких детей, она не говорит, потому что желает считать своих родителей непогрешимыми. Она не сознает, что примирение с плохим и выдавание плохого за хорошее является увеличением плохого. Она не знает, что примирение с плохим означает осознание плохого и тем самым изменение своего отношения, то есть исправление имеющегося у себя плохого.

Ей некогда, она спешит все больше и лишь нажимает на газ, пытаясь оторваться от чувства вины и доказать, что своим трудолюбием она лучше других. Тратить время на мысли – это роскошь. Пусть этим занимаются те, у кого много времени. Нет, нет, она не имеет в виду, что богатым нечего делать и что им в самый раз заниматься размышлениями. Она сама хочет стать

зажиточной и знает, сколько на это уходит времени и сил. Она не хочет никого задеть несправедливым словом. Даже думать о других плохо не желает. На то, чтобы думать, у нее нет времени, она крутится как белка в колесе.

Она словно свернувший с наезженной дороги автомобиль, который мчится по буграм и косогорам и призывно-ликующе оглядывается назад: «Следуйте моему примеру!» Он не знает, как он мчится, он знает, куда он мчится. Он думает о цели своих грез и не замечает, что мчится на погибель. А о том, что может вообще не достичь цели, он не осмеливается даже думать. Он не догадывается, почему вдруг исчез из поля зрения следовавший за ним автомобиль, имевший ряд преимуществ. С чего он вдруг остановился? Он не понимает, что желает взмыть в воздух, полагаясь лишь на сверхпредельную скорость, обратиться в самолет и им остаться. Он не думает о том, что в какой-то момент необходимо будет приземляться, так как закончится горючее, и тогда снова понадобятся колеса.

10. Передо мной сидит женщина, которая после развода желает вновь обрести душевный покой. Чтобы о ней не подумали плохо, она «забывает» уточнить, что желает этого после очередного развода.

Внешне она спокойна, достойна самых лестных отзывов, если не заглядывать ей в душу. Она моложава, красива, к тому же хорошо сохранилась. Пережитая трагедия не оставила следов на ее лице. Она образованна, интеллигентна и напряженно следит за тем, что кому сказать. На ней модная дорогая одежда, хотя она и упомянула, что испытывает материальные затруднения.

Она словно загадочно прекрасная темная, холодная и пронизывающая вьюжная ночь, на которую можно глядеть из окна, но оказаться в которой самому не хотелось бы. Наперерез ветру идут темные, едва различимые среди бурана фигуры беззащитных людей – мужчины и дети. Сквозь темную ночь и сквозь темные фигуры проносятся с вьюгой ледяные блестки, многие из которых поразительно напоминают золотые монеты, и насквозь пронзают беззащитные фигуры. А когда блестка поражает сердце, то бедные пешки в колдовской игре метельной ночи гибнут и сливаются воедино со мраком ночи. Бросается в глаза то, что чем темнее делается ночь, тем меньше число летящих монет – в жизненной схватке гибнут обе стороны.

Мне следовало бы сказать этой женщине, что в жизни она прежде всего любит деньги, так как считает их главной опорой в жизни. Следовало бы сказать ей, что деньги – это меч, который рубит ее мужей и детей, но мне хочется ее пощадить. Она всего лишь заблудившийся человек, чьи глаза хватаются за блестки, как за спасательный круг. Я стала смотреть, какой она была год назад, когда еще не было признаков метели.

Она – словно большое море, чьи могучие волны несут на своей поверхности золотые монеты. Волны создают движение, монеты стоят на месте. Они не тонут, потому что вода густа от загрязнений. Эта загрязненность – твердая убежденность ожесточившегося женского пола в том, что мужской пол слаб, немогуч, плох до мозга костей. Эта догма столь же логична и неопровержима, как и неизбежная загрязненность материковой части моря. Море это расположено на границе двух враждующих сторон, и его загрязняют обе стороны, мстительно указывающие друг на друга пальцем. Море все вбирает в себя. Это море ничего не ведает о вольном самоочищающемся океане. А что бы сказали этой женщине Вы, чтобы она обрела душевный покой?

11. Молодой человек за короткое время сильно сдал. Никто не находит у него болезни, но он чувствует, что еле держится на ногах.

Когда я сказала, что это связано с женитьбой, он подтвердил, что заметил это сам, но причиной ее считать не может, поскольку жил с этой женщиной еще до брака. Формальности были соблюдены недавно. Женщина ему нравится, и ему пришлось приложить немало усилий,

чтобы ее завоевать. Он знает, что он тоже ей нравится. Он видит, что их семейная жизнь лучше, чем у других. Уверенная речь мужчины скрывает глубокие сомнения, и слова «эта женщина», «лучше, чем у других» выдают его готовность к прыжку.

Мужчина находится в постоянном напряжении. У него своя женщина, и он ревностно охраняет эту собственность. Это так естественно – ведь он любит жену.

Он словно кот, никогда не теряющий бдительности и испытывающий счастье от того, что некоей кошечке нравится находиться в его владениях. Он взял на себя обязательство делать все, что кошечка пожелает. Кошечке и не хочется ничего особенного, она хочет лишь завоевать сердце этого славного кота, чтобы любить. Она молода и потому нетребовательна. Кот также молод, но он привык к миру вещей, ведь по происхождению он из диванной породы.

Кот даже сторожит, чтобы кошечке никто ничего не давал и ничего просто так не дарил, будь это даже ее собственная мамаша со свалывшейся шерстью, которая не позабыла свою дочку. Кот хочет быть для кошечки таким хорошим мужем, чтобы она никогда и ни в чем не испытывала нужды.

Но у женщины иные чувства – она помнит отцовскую нежность, когда он не мог дать семье то, что можно было купить за деньги. Отец восполнял это отсутствие любовью, и их семья научилась бояться больших денег, которые угрожали счастью. Подсознательный страх женщины перед преувеличением значения денег, что отдаляет мужчину от любви, притянул к ней мужчину, для которого основа жизни заключается в материальной обеспеченности. Во имя денег муж все больше отдаляется от жены, и его уже раздражает всякое проявление ласки. Мужчина боится того, что бедных не любят. Женщина боится полюбить деньги. Мужское чувство собственника, то есть любовь испуганного человека, переросло в страх полюбить женщину прежде, чем сделать ее счастливой. Страх незаметно перерос в чувство вины и вызывает все большую усталость, раздражение, пресыщение, неприязнь ко всему, что не доставляет радости. Это – молодой старик. Его тело пришло ему на помощь, указав на ошибку.

12. На приеме бездетная супружеская пара. Симпатичные образованные люди, но далекие от жизни. Особенно же по-детски наивна женщина. Она напоминает 9-летнюю девочку, играющую во взрослую. Ей мне хотелось бы сказать: «*Видишь ли, милая, скоро у тебя начнутся менструации. Это значит, что ты начинаешь взрослеть, но еще не стала взрослой. Раз уж природа подарила тебе менструации, а ты всего лишь играешь во взрослую, то природа отнимет у тебя менструации, чтобы ты осознала свою ребячливость и исправилась. Так что побудь еще немного ребенком, наиграйся в свои игрушки, пока не надоест, тогда появится смелость быть взрослой. Все свое время.*». Это я подумала про себя, но вслух говорить не стала, ибо 30-летняя женщина сочла бы такую речь оскорбительной.

При первых же моих словах о необходимости исправлять ошибки на лице женщины появилась кокетливая мина, выражающая удивление. Я еще толком ничего не сказала, а она уже охает и, понимаясь усмехаясь, посылает мужу многозначительный взгляд. В этом бессловесном сигнале звучит снисходительное: «*Ладно, перетерпим эту скуку про ошибки. Зато получим то, что нам нужно. Вот будет здорово.*».

К сожалению, или, вернее, к счастью, дух ребенка не поймал на крючок светской беседы. Мужчина смотрит на жену влюбленными глазами. Они прожили вместе не год и не два, а все еще продолжают заниматься обоюдной любовной игрой, жить в состоянии влюбленности. Пора бы уже начать любить,

Они словно маленькие мальчик и девочка, стоящие перед стеной, заставленной полками с игрушками. Мальчик зачарованно смотрит на прыгающие локоны на затылке девочки и молит Бога, чтобы девочка получила то, что хочет. Он околдован и плохо соображает. Девочка капризно топает ножками, сучит кулачками и кричит: «Хочу вон ту!» и указывает на самую

верхнюю полку, где стоит самая красивая, самая хрупкая и самая дорогая кукла.

Внизу, на расстоянии вытянутой руки, много красивых и, что самое главное, прочных кукол, способных противостоять жестоким ручонкам капризуни. Но ей подавай самую совершенную, которая двигает руками и ногами, закрывает глаза и подает громкий голос, похожий на голос самой девочки. Она хочет подобную себе и не замечает, что подобные ей стоят прямо перед ней. Она не понимает, что для того, чтобы получить совершенство, нужно прежде самой стать совершенной.

Требуется большая деликатность, чтобы не обидеть посетительницу. А когда она обижается, то муж обижается вдвойне, – ведь его жену оскорбили. Они оба сделали свою жизнь такой сложной и неискренней, как в телевизионных сериалах.

Для них жизнь – это красивая рекламная игра в кошки-мышки на фоне музыкального сопровождения, и они сердиты на то, что никто подобную жизнь им не преподносит. Мне теперь нужно, поскольку нужно им, открыть им простоту жизни, чтобы они сумели исправить свои ошибки, если захотят. Выражаясь попросту, мне нужно втолковать им, что у детей не только не бывает менструаций, но и дети не рождаются. Ничего себе задача!

13. Сидящий передо мной юноша совершил попытку самоубийства, но был спасен. Он знает, что мать ему этого не простит, потому что своей выходкой он опозорил ее перед людьми. Дом для него – тюрьма, потому что родительский домашний террор стал невыносимым. Этому молодому человеку не дозволено иметь собственного мнения. Во имя добра он с детства беспрекословно выполнял все, **что велено**, и так, **как велено**. Он уже взрослый, но родители этого не замечают. Вернее сказать, мать этого не замечает, поскольку отец на фоне матери ходит жалкой тенью и не имеет права голоса в домашних делах. Отец – всего лишь работяга. Эти двое мужчин одинаковые и с одинаковой судьбой, только у сына судьба несколько горше, чем у отца, но сблизиться они не могут – между ними стоит мать. Ради любви этой женщины они оба стали послушными рабами. Однако женщина недовольна – ей приходится все делать самой, потому что никто ничего не делает.

Сын не хотел бы еще умирать, но у него нет места, куда пойти и где укрыться.

Он словно съезжившийся на стуле маленький мальчик, перед которым со стуком поставили на стол песочные часы и приказали: «Парень, гляди и учись, чтобы не стал таким, как твой отец!» Он не знает, что это за вещь и чему должен учиться. Он смотрит на струйку песка и вздрагивает всякий раз, когда струйка чуть отклоняется от центра падения. Он ощущает себя такой же струйкой и хочет, чтобы песок перестал сыпаться, и вместе с тем боится этого. Боится услышать, что время истекло. Ему становится все лучше и лучше в обществе этих часов, которые походят на него самого – у часов тоже случаются отклонения от осевой линии, но они не воспринимаются как нарушение порядка. Настал черед последней песчинки. Мальчик напрягается всем телом, покрывается холодным потом... и тут неизвестно откуда взявшаяся рука со стуком переворачивает часы, словно говоря: «У тебя осталось три минуты». Это рука матери. Рука, чьей нежности он дожидается с детства и чью беспощадную суровость познал. Он не помнит жизни, проведенной в пеленках. Он не смеет любить эту руку и не смеет искать другой женской руки для любви, ибо ему растолковали, что никакой он не мужчина. Он боится женщин.

14. Передо мной сидит пациент, натянутый как струна, для которого жизненно важно узнать про его жизнь. Остальное для него не важно. Он явно раздражается, когда я не сразу начинаю разговор. Про себя думаю: «Очень требовательный и нелогичный человек, особенно в отношении других. Скрытный, с навязчивыми идеями. Нуждается в психиатрической помощи, вряд ли мои слова ему помогут. Сейчас устроит мне экзамен. Пришел ко мне как к ясновидящей, хотя я себя таковой не считаю. Не иначе как явился проверить достоверность того, что

говорят другие».

С такими людьми следует быть осторожным, поскольку они имеют привычку преувеличивать малозначимое и совершенно недооценивать вещи первостепенной важности. В ходе долгих расспросов выясняется, что, по крайней мере, это я увидела в нем правильно и что для него жизненно важно знать, был ли он все-таки королем, как ему сказали, или нет. У человека мания величия, но за болезнь он ее не считает, куда психиатры не зафиксируют ее на бумаге как шизофрению. Он пришел не за помощью, не за тем, чтобы уменьшить манию величия, он пришел ее увеличить. Трудный случай.

Он словно человек, раскладывающий пасьянс. Сгорбившись над столом, он судорожным движением раскрывает карту. Если карта оказывается без картинки, на его лице написано трагическое выражение. Если и вторая оказывается без картинки, на лице застывает ужас. При мысли, что и третья может оказаться такой же, у него слабеют и трясутся руки. Третья оказывается с картинкой, но – какое несчастье – это валет. Неужели для него нет короля? Есть! Есть, и это будет следующая же карта. На лице человека отражается удовлетворение, как и на лице выпавшего короля. Следующая карта. Опять король! Человек внезапно посуровел лицом. Он больше не желает быть королем, а желает быть императором! Он жаждет властвовать над другими, но желание испуганного человека не реализуется. Более того, над ним властвуют другие. Этому способствует страх, а избавиться от страха человек не считает необходимым. Как сказать ему, что королем он и не был, но так, чтобы это не стало ударом ниже пояса?

Счастье человека зависит от желания помочь себе. Даже если я не знаю, как помочь, но помочь хочу, и если это желание идет от сердца, то помощь явится – в облике животного ли, человека ли, наставления или чуда.

Итак, мне каждый день приходится иметь дело в том числе и с такими больными, которые ничего не знают, несмотря на то, что им было поставлено условие прочитать мои книги – без чего они не будут допущены на прием – и они это условие выполнили, отнесясь к нему как к навязанной обязанности. За контрольную работу такой ученик получил бы «двойку», даже несмотря на честные заверения родителей в том, что он учил. Учил-то учил, но не в той мере, чтобы на основе выученного я бы смогла разъяснить ему сущность его личных проблем, не перегружая при этом его крошечный мозг.

Начинаю разговор. Приближаюсь к проблеме, как кот к горячей каше. До тех пор, пока слушающий не начинает отличать частное от общего, наша беседа протекает, как говорится, в атмосфере дружбы и взаимного согласия. Но стоит мне лишь намекнуть на возможные ошибки пациента, как возникает напряжение. В ком проявляется мятущаяся душа загнанного в клетку зверя, в ком – подавление страха отрицанием, в ком – скрытая злоба против обидчика, в ком – оскорбленная ожесточенность, поскольку он надеялся, что уж на сей раз его работой будут довольны, в ком (о ужас!) полнейшая апатия. У некоторых вся эта мешанина стрессов начинает медленно перерастать в ощущение тяжести в голове и в теле да в такой степени, что впору прекратить работу.

Дорогие люди! Усвойте одно простое жизненное правило: **если у Вас в жизни и в здоровье что-то еще не ладится, то логично, что Ваше умонастроение еще не в порядке.**

Тогда Вы освободитесь от ребячливой надежды, что Вас погладят по головке и скажут: «Молодец! Тебе больше ничего делать не надо!» Тогда Вы со спокойной рассудительностью поймете, что жизнь продолжается и потому мыслительная работа не может никогда прекратиться, даже когда Вы действительно достигнете уравновешенности на своем уровне. Далее будет уровень повыше, потом еще выше. И так далее.

К сожалению, чтением двух книг и несколькими консультациями человека не убедишь в

необходимости изменить свои жизненные принципы. Гораздо более умело это сделает суровое жизненное испытание. Иной изменяется лишь переступая порог смерти, ибо в цепочке своих возрождений он еще не дозрел до того, чтобы относиться к невидимому как к реальности.

К какому из этих типов относитесь Вы? К счастью, все больше становится таких людей, кто нашел себя и идет своей дорогой дальше. Не отчаивайтесь, если последуют ответные удары. Это – пробные камни, испытывающие Вас на прочность, это – учителя, которые видят, что Вы способны на большее. Спешка, желание быстро увидеть результаты вызывают разочарование и сомнения в своих способностях. Не переоценивайте себя. Самолюбование ослепляет и уводит с дороги в сторону. Ищите единомышленников, чтобы было на кого время от времени опереться. Одиночество могут вынести лишь очень сильные люди, кто уже уверенно идет по своей дороге. Если почувствуете, что реакция противоположна ожидаемой, то не делайте поспешных выводов. Понаблюдайте за собой, и Вы увидите, что это просто прежняя бесчувственность сменилась в Вас большей чувствительностью, и это хороший знак.

Путем наименьшего сопротивления

В своей второй книге, где подчеркивалось значение родителей в формировании жизни человека, я объясняла сущность практически всех упоминаемых болезней, исходя из этого уровня. И хотя я неоднократно подчеркивала, что **родители не виноваты, что прощение не есть прощение виновного, а прощение того плохого, что учит человека**, все же находятся люди, сами стонущие под грузом чувства вины, которые всю вину сваливают на родителей и обличают их.

Видеть врага в родителях легко. Они дали нам это физическое тело и способствовали страданиям этой физической жизни. Однако **мы сами выбрали** этих родителей, **поскольку нуждались в тех уроках**, которые они могли нам предоставить. В родителях мы можем увидеть самих себя, если не умеем глядеть на себя со стороны. Так же и родители могут увидеть в ребенке себя, если не умеют видеть себя со стороны. У кого нет родителей, тому следует глядеть на себя в зеркало и научиться видеть себя со стороны.

Во второй книге подробно говорилось о сахарной болезни, или диабете. Помните? Или Вас это не касалось, поскольку диабета у Вас нет? Еще нет.

Обмен веществ таит в себе глубокую жизненную философию. Остановимся на этом подробно.

Каждый человек хочет быть сильным. Следует, однако, знать, что сильным является лишь смелый. Смелым считается физически сильный человек, который осмеливается выступить против насилия. **По-настоящему же смелым является тот, кто даже в самой воинственной ситуации не притягивает к себе насилие.**

По-настоящему смелых людей мало. Большинство людей включено в жизненную борьбу, не понимая того, что борьба – это энергия злобы. Злоба делает человека больным, то есть разрушает тело с помощью болезни.

Давайте вспомним: у человека существует три основных вида стрессов. К ним относятся:

- чувство вины,
- страхи,
- злоба.

1) Чувство вины вызывает у человека слабость, усталость, депрессию, апатию, восприимчивость к болезням. Чувство вины расположено в сердце. Все заболевания сердца сопряжены с разрастанием чувства вины. **Если сердце совершенно здоровое, то все другие болезни тела исключены.** Если есть какая-нибудь болезнь, то и в сердце наличествуют

незначительные болезненные изменения.

2) Страх вызывают напряженность, одеревенелость, окостенелость, спазмы, судороги. Страхи притягивают к себе болезни. Страхи – это стрессы, входящие через почки. **Если почки совершенно здоровы, то исключено заболевание других органов.**

3) Злоба является сама по себе болезнью. Всякий страх перерастает в злобу. Злоба – наиболее коварный и сложный стресс. **Без злобы нет болезни.**

Для всех стрессов исходным стрессом является **страх, что меня не любят.**

Страх, что меня не хотят

что меня не понимают

что со мной не считаются

что меня не слушают

что на меня не глядят

что меня ни во что не ставят

что до меня никому нет дела и т. д.

Все это лишь страх, что меня не любят. **Если человек чувствует, что к нему относятся в какой бы то ни было мере плохо, то это лишь страх меня не любят.**

Этот стресс является причиной материалистического мировоззрения, или свойственного для современной цивилизации одностороннего видения мира, иными словами, причиной всех известных нам бед. В то же время он – необходимый урок, без усвоения которого невозможно идти дальше. Этот страх – учитель, который не дает ученикам спуску. Зато полученные у него знания закрепляются навечно. Страх *меня не любят* блокирует ток энергии любви. Он притягивает беды, а также болезни. Таким образом, цепочка стрессов начинается со страха *меня не любят*, который перерастает в чувство вины, чувство вины – во всевозможные страхи, а те, в свою очередь, – в злобу. О стрессах отзываться плохо мы будем до тех пор, покуда не осознаем их поучительность и не обратим их во благо.

Жизнь человека – это постоянный процесс превращения плохого в хорошее.

Что значит превратить плохое в хорошее? Этот вопрос задают многие.

Как расценить несделанную работу? Это хорошо или плохо? В своей незавершенности она плоха. Хороша работа сделанная.

Точно так же невыученный урок – плохо, выученный урок – хорошо.

Неразрешенный конфликт – плохо. Конфликт улаженный – хорошо.

Доигранная до конца игра – хорошо, недоигранная – плохо.

Непройденная дорога – плохо, пройденная дорога – хорошо.

Суммируя, можно сказать, что все, что еще не сделано, – плохо. Плохо потому, что не сделано. То, что сделано, – хорошо, потому что сделано.

Возникает вопрос: «*Как плохое обращать в хорошее?*» Участие сахара в крови в процессе обмена веществ выражает сущность процесса обращения плохого в хорошее. Оно указывает на то, как жизнь человека становится хорошей, или же кто кому что делает. В повседневной жизни мы привыкли к следующему: я сделаю хорошей жизнь других, а другие пусть сделают хорошей мою.

Смелый человек начинается с того, что делает хорошее себе и лишь потом другим. Кто делает хорошее себе, тот не делает плохого другим. У такого человека поджелудочная железа здоровая. Человек, испытывающий страхи, спешит прежде всего сделать хорошее другим, тогда его будут считать хорошим и будут любить. Делать хорошее себе он перепоручает другим.

Показатель сахара в крови как раз выражает душевную смелость человека делать хорошее в первую очередь для себя. Что это значит?

Ни одна клетка нашего тела не способна прожить без пищи, в том числе без достаточного количества глюкозы. Нормальное содержание сахара в крови обеспечивает нормальное питание клеток, или жизнь. На мыслительном уровне это означает, что у уравновешенного человека – рассудительного и смелого – нормальная, уравновешенная жизнь.

Человек может быть трусливым, смелым или очень смелым. Между смелостью и сверхсмелостью, или безрассудной смелостью, один шаг. Смелый штурмует горные вершины, но если он ослеплен почетом и славой и не замечает мудрого предупреждения, которое ему посылает страх, то он становится безрассудно смелым, и это его губит. Кто относится к стрессам как к неотъемлемой части самого себя и при возникновении новых стрессов упорядочивает свою душевную жизнь, тот уравновешивает свою негативную и позитивную энергию и не ведает страданий. Чем уравновешеннее человек, тем меньше его потребность в пище и тем стабильнее у него содержание сахара в крови.

Вспомните! **Страх уравновешивается сладким.** С возрастанием страха человека тянет на сладкое. Превышая норму сладкого, человек смелеет. На фоне сладкого рост страха не замечается. Человек не говорит, что ему страшно, а говорит: «Хочется сладкого». Пока не наступит предел.

Участие сахара

- 1) в обмене веществ регулируется поджелудочной железой, которая располагается
- 2) горизонтально,
- 3) в левой части тела,
- 4) в области пояса,
- 5) ее верхняя часть дружелюбно упирается в изгиб 12-перстной кишки, а
- 6) нижняя часть обосновалась во впадине селезенки, как в гнездышке, 7) поджелудочная железа делит тело и солнечное сплетение пополам.

Что это означает?

1) **Обмен веществ**, подобно мудрой книге сказок, вещает: *«Если тебе дают, то и ты отдавай. Отдавай от всего сердца, тогда будешь счастливым. Не думай, что получил меньше, что получил похуже. Верь в свое отдавание. Сперва взгляди на себя, тогда и другие предстанут в истинном свете. Не полагай за высшую ценность то, что даешь из руки, а то, что даешь из сердца».*

2) **Горизонтальное положение поджелудочной железы** означает, что она является перегородкой между прошлым и будущим. Прошлое – это дом детства каждого из нас, которое берет начало с отца и матери и которое тенью и грузом сопровождает нас до тех пор, пока мы не научаемся понимать его правильно. Родители и созданный ими домашний очаг могут быть какими угодно, если оценивать односторонне, но каждый из нас выбрал родителей по своей доброй воле, чтобы выучить то, чего не сумел выучить в жизнях предыдущих.

Горизонтальная энергия является энергией материальной. Вертикальная энергия является энергией духовной. Поджелудочная железа обозначает крайний предел, до которого можно доходить в преувеличении значимости материальной стороны жизни. Если материальное отношение к жизни превышает у человека уровень сердечной чакры, то он губит свое будущее, в том числе и будущее детей. Материальное отношение означает материальную любовь, общение на уровне материального отдавания и получения, требование вознаграждения за пожертвование тела как объекта секса и при этом веру в свою благостность.

Будущее создается любовью женщины, которая материализуется через мужчину. Иными словами, каково понимание любви у матери, таковым складывается видение мира у отца и его воплощение в жизнь. Мужчина может протестовать против желаний женщины и не выполнять их, но он будет барахтаться, словно рыба в расставленной женщиной сети, пока

не освободится от своих страхов и не найдет себя. Если женщина считает, что отдала мужу самое ценное – свое тело, невинность – и потому он за это обязан обеспечить ей счастливую жизнь, то возникает благодатная почва для диабета.

Если ребенок (каждый из нас) хочет и может понять своих родителей, видеть в правильном свете их хорошее и плохое, то он также способен видеть правильно мужской и женский пол, и диабету не нужно будет являться, чтобы научить его этому.

3) **Левая сторона тела** – это отец, мужчина, мужской пол. Кто наряду с очевидным хорошим видит в отце и незримое плохое, кто не обманывается отцовской сверхположительностью, а осознает, что отрицательное в отце проистекает от страха *меня не любят*, тот миролюбиво относится к мужскому полу, и жизнь такого человека будет ладиться, даже если он не умеет видеть жизнь в более глубоком философском ракурсе.

Кто в мужском поле, то есть в так называемой сильной половине выискивает лишь ошибки и своим отрицательным отношением усугубляет их, у того материальная жизнь складывается неудачно. Расшатывается основа его жизни, подобно фундаменту и каркасу дома, подобно скелету, что поддерживает тело, подобно принципам, что способствуют развитию жизни. Кто желает видеть в других плохое без хорошего, тот автоматически желает, чтобы другой исправился, изменился. А это и есть желание, чтобы другой сделал мою жизнь хорошей. Хотя бы тем, что он перестанет действовать мне на нервы своими недостатками.

4) **Уровень пояса** обозначает настоящее. Оценивание прошлого происходит в настоящий момент. Все наши мысли лишь мгновены. Кто способен в данный момент изменить свое отношение к прошлому, тот в этот самый момент улучшает настоящее, что, в свою очередь, создает лучшее будущее. Кто умеет жить сегодняшним днем, не отрицая вчерашнего и завтрашнего, тот уже сегодня творит завтра, не беспокоясь за день завтрашний.

5) **Верхняя часть поджелудочной железы** расположена в надежных объятиях 12-перстной кишки. Вырабатываемые поджелудочной железой пищеварительные ферменты движутся по протоку в 12-перстную кишку, где происходит расщепление пищи на крошечные частички, усваиваемые телом. Поджелудочная железа как бы говорит 12-перстной кишке: я даю тебе то, что у меня есть. Это мелочь, но как хорошо, что от нее такая большая польза в твоей работе.

12-перстная кишка выражает свойственные человеку чувство локтя, отношения дружбы, чувство коллективизма, словно говоря человеку: ты единственный в своем роде, в том смысле, что другого такого в этом мире нет, но тебе необходимо быть вместе с другими, реализовать себя через других, чтобы тебе самому было хорошо. Ты станешь счастливым лишь тогда, когда сможешь отдавать, даже если пока еще ты понимаешь это действие буквально – как отдавание вещи, своей силы или умения.

Это единение говорит о том, что через понимание друг друга твоя голова сохраняет работоспособность и обретает защиту. Даже если твой коллектив состоит всего из двух человек или твоей маленькой семьи, но ты относишься к нему с любовью, то он служит тебе опорой. Такова роль поджелудочной железы как активного отдающего.

У человека испуганного, ощущающего, что от него все хотят лишь получать, возникает протест против отдавания. На деле это – нежелание быть человеком, что находится в противоречии с желанием быть человеком. Подобное душевное противоречие переходит в печаль.

Невыплаканная печаль вызывает отек верхней части поджелудочной железы. Отек перекрывает выход ферментам, и поджелудочная железа вынуждена переваривать саму себя, подобно завистнику, который варится в собственном соку и не догадывается, что, считая себя хорошим, он заставляет других плясать под свою дудку. Плохо то, что из-за страха он не позволяет, чтобы это стало явным. Говоря коротко, это – желание унижить другого.

Достойный, или возвышенный, человек не считает другого плохим и не желает никого унижить. Лишь разрастание злобы у униженного приводит к унижению другого. Если прилив злобы происходит внезапно, например, в ходе ссоры, когда человек ощущает, что его унизили и не может с этим примириться, то возникает острое воспаление поджелудочной железы.

Напоминаю: **злоба униженного вызывает воспаление.** Это – опасная для жизни болезнь с сильными болями. Кто пытается найти свою ошибку хотя бы после конфликта, тот способствует тому, что и другая сторона захочет уладить ссору. Чем быстрее это произойдет, тем вероятнее шанс избежать острого панкреатита.

Если в коллективе отношения напряженные и стресс этот ежедневный, то пищеварительный тракт либо становится сверхчувствительным, либо начинает избирательно относиться к пище, хотя и это не помогает. Возможно, врачами уже диагностировано хроническое воспаление поджелудочной железы. Кто долго копит злобу, у того непременно возникает хронический панкреатит, и бедняга будет вынужден стать затворником, поскольку не сможет из-за болезни находиться вместе с другими ни на работе, ни во время досуга. А когда ему надоест прокручивать в одиночестве свои грустные мысли, ему вдруг захочется общаться с другими, и уже одно это сделает его более уживчивым. В ходе совместных дел он, возможно, заметит, что его враг отнюдь не плохой человек, и поймет, что ошибался. Так тело стремится выправить миропонимание человека и через это поправиться.

Человек, обвиняющий других, не замечает собственного страха оказаться виноватым и потому не понимает, почему другой человек на него нападает, хотя сам это спровоцировал. Чем более жестоко и унижительно нападение, тем болезненнее воспаление, так как к собственной жестокости добавилась такая же жестокость другого. Подробнее на жестокости остановимся позже. Проблема отдавания и обретения является несчастьем современного мира.

б) Нижняя часть поджелудочной железы погружена в изгиб селезенки, как в гнездо.

Когда я начала излагать эту проблему на бумаге, мне пришла в голову мысль потрогать поджелудочную железу рукой, чтобы увидеть ее реакцию, а также понять сущность и неосознанную жизненную функцию селезенки. Надеюсь, Вы понимаете, что это происходило на духовном, а не на физическом уровне. Хирурги могут проверить это физически в ходе операций на брюшной полости.

Легким сжатием я потревожила поджелудочную железу и увидела самые разные картины.

А. У кого-то поджелудочная железа словно хотела оторваться от селезенки и свернуться клубком в объятиях 12-перстной кишки.

Б. У кого-то она оцепенела и потемнела, словно свернувшийся комок плоти.

В. У кого-то в нижней части поджелудочной железы моментально образовался отек, и железа стала давить на селезенку.

Г. У кого-то она одеревенела, словно и не состояла из мягкой ткани.

Д. У кого-то возникло такое ощущение: жми, как хочешь, – никакой реакции не будет, а если погладишь, то она поведет себя, как кошка, которая с мяуканьем выпрямляет хвост трубой и начинает мурлыкать.

Е. У кого-то и без того рыхлая поджелудочная железа расплзлась в разные стороны, от чего возникло ощущение, что сейчас она разорвется, как паутина.

И тогда я сообразила, что по одной лишь поджелудочной железе можно увидеть характер человека и его судьбу. Аналогично делаются предсказания по внутренностям животного.

Я поняла, что **отношения между поджелудочной железой и селезенкой отражают отношения между ребенком и родителями, касающиеся отдавания и получения.** Не скрою, поначалу я была потрясена сделанным открытием. Оно казалось слишком простым. Перед моим мысленным взором чередой прошли неразрешенные проблемы многих больных, в которых я

пока не сумела разобраться досконально.

Я стала сопоставлять и поняла, что:

А. Этот человек бежит от своих родителей к друзьям, на помощь родителей он не рассчитывает.

Б. Этот человек ни к кому за опорой уже не бежит, поскольку ни в кого и ни во что больше не верит. Человек, разочаровавшийся в родителях, разочаровывается также и в коллективе.

В. Этот человек обращается к родителям в печали, но не в радости, и делает несчастной как свою, так и родительскую жизнь, потому что родители не могут спасти его от печали.

Г. Это – гордый человек, который не отдает, но и не просит. Для гордого ребенка гордых родителей ни родители, ни друзья значения не имеют. Первые уже не имеют, вторые пока не имеют.

Д. Это – человек, от которого ничего не получишь по-плохому, а по-хорошему он сам отдаст все, оставаясь зорким, сторожким котом, которого на ласку не купишь. Этот человек познал суровую руку своих любящих родителей и знает, что такое хорошо и что такое плохо. **Е.** Это – испуганный творец добра, не знающий, куда и к кому бежать творить свое добро. И поскольку всем бедолагам непременно в одно и то же время потребуется его помощь, то он будет разрываться на части и ощущать себя страшно виноватым, если не сможет первым помчаться к родителям, либо к другу, либо к детям, либо к общественным обязанностям. Одним словом, человек истребляет себя безо всякой меры и в один прекрасный день надламывается. Но именно тогда оказывается, что все, кому он делал хорошее, ну никак не могут в данный момент прийти ему на помощь – так сложились обстоятельства. Этот факт может окончательно разбить сердце человека, делающего добро другим.

Заболевшая диабетом поджелудочная железа подобна взъерошенному животному, приготовившемуся к схватке, которое не желает давать в обиду свое семейство. Если бы оно считало, что угрозы нет, то не стало бы его защищать. Поджелудочная железа прижимается к селезенке. Это означает, что:

Диабетики боготворят своих родителей или память о них. Они не умеют видеть ошибки своих родителей и считают, что причиной трудной жизни их хороших родителей является то, что родителям причиняют зло другие. Родительские представления перешли к ребенку, и, если следовать логике, делается вывод, что тот, кто творит зло, должен начать делать добро. Так закрепляется убеждение, будто другие должны сделать жизнь хорошей, и это распространяется на всё.

Итак, **селезенка** является органом, который своим наличием говорит, что к жизни тебя призывает любовь матери, а отец своим семенем дает тебе возможность прийти. Взятое вместе это есть материализованная энергия, необходимая для жизни физического тела, которая делает тебя сильным, на которую ты можешь опереться, если умеешь опереться или научишься этому, чтобы быть достойным человеком. Тогда ты подобен змее, которая опирается хвостом о землю и поднимается вертикально вверх. Когда я стала на уровне духа рассматривать поджелудочную железу, она привиделась мне змеей, поэтому есть смысл поговорить о ней как о змее.

Змея является символом неординарных способностей – будучи приниженной до уровня земли, она способна по своей воле подняться на хвосте и увидеть мир. Змея ведает обо всем – и о земле, и о небе. Кто стремится к духовности и считает злом материальное, тому змея говорит:

«На эту материальность опирается твое тело, из этой материальности оно сотворено. Не считай его плохим. Помогни ему подняться! Самые большие создатели материальности – твои родители».

Такая змея не жалит, потому что не ведает страха. А если ты боишься и не хочешь сознаться в своем страхе, то ты уподобляешься приниженному пресмыкающемуся, и тогда явится некто,

кого ты испугаешься и от кого бросишься наутек. Либо сделаешь бросок в сторону на непредсказуемое расстояние, чтобы защитить себя, не замечая того, что защита оборачивается нападением. Со своими страхами ты становишься похожим на бьющий кулак, который причиняет боль, но еще больше – твой укус.

Настоящая змея обычно кусает не сразу. Сперва она предупреждает либо, подобно удару кулаком, ударяется о человека, который видит в ней только плохое. Змея мудрая. Этим змея говорит: *« Ты, дорогой человек, считаешь самым плохим, когда бьют. Ты жалишь словами, ведь слова не вырывают кусок плоти. Удар поражает тело, а смысл слова – дух. Но мысленное слово, то, чем я не владею, подобно истребительному огню из особенно подлого невидимого орудия. Пораженный им падает на колени, и ты можешь облегченно вздохнуть – один неприятель получил по заслугам. Ты можешь, положив руку на сердце, объявить во всеуслышание, что ты тут ни при чем, ведь ты деянием считаешь видимое деяние, и все тебе поверят. Единственный, кто знает правду, – твоя душа, и она не сможет не преподать тебе урок».*

Так, человек, уверенный в своей благостности, может в самообмане натворить очень много плохого и не понимать, почему его собственная жизнь никак не ладится.

В медицине селезенка удаляется для более эффективного лечения многих заболеваний, особенно злокачественных опухолей. Этим больному как бы говорят: мы забираем у тебя родителей – причину твоих бед – с тем, чтобы ты обрел себя на своем пути и беспрепятственно стал сильным. Твои родители сделали тебя зависимым от них, ты – жертва собственнической любви родителей.

Увеличенная селезенка выражает испытываемую родителями печаль. Слишком маленькая селезенка означает изнуренную печаль. Какой бы орган ни уменьшался в размерах, это означает соответствующую изнуренность. Изнуренность рождается от постоянной печали.

На уровне физического тела это правильно, однако недуги начинаются с души. Теперь такому человеку будет труднее справиться со своими недугами, особенно если живы его родители. Еще труднее, если он живет с родителями под одной крышей. Особенно же трудно, если он находится на иждивении родителей. Всем больным с удаленной селезенкой и их родителям следует об этом знать, чтобы каждый научился путем освобождения стрессов обрывать зависимость других от себя. Тогда помощь врачей достигнет цели.

Родители не виноваты, как не виновата и селезенка. Этот человек пришел научиться, как освободиться от ощущения рабской зависимости от родителей, но не от самих родителей, которые во имя добра беспрестанно принуждают, приказывают, запрещают. Родители в своем желании добра могут впасть в крайность, заставляя ребенка мыслить их мыслями, в результате чего тот окончательно перестает быть самим собой.

Итак: кто желает сам наладить свою жизнь, у того поджелудочная железа будет здоровая. Кто желает, чтобы жизнь ему наладили другие, у того поджелудочная железа заболеет. Если у ребенка есть родители, которые считают своим естественным долгом делать другим добро и которые приносят также и ребенка в жертву своих благих деяний, то у него есть опасность заболеть диабетом. Не заболевает тот ребенок, который, все равно каким образом, протестует против чрезмерной благостности своих родителей и добивается своего.

Заболевания поджелудочной железы сродни женщине, властвующей над мужчиной, или женским эмоциям, которые подавляют разум. Чем несдержаннее желание женщины настоять на своем, тем острее возникающая болезнь. Если эта несдержанность становится обыденным делом, то возникают воспалительные заболевания.

Например, если женщина не одержала в семейной ссоре победы над мужем и от злости схватилась за недоделанные дела да так, что взмокла спина, то говорят, что панкреатит возник

от сквозняка и тяжелой работы. А если в ссоре поражение потерпел муж и отправился поднимать настроение в кабаке, то его диагнозом будет алкогольный панкреатит. Истинная же причина у обоих – злоба на то, что не удалось победить партнера.

Напоминаю: мужчина – создатель материальной стороны жизни. Он естественным образом отвечает за семью, коллектив, общество, идеи и любые крупные начинания даже тогда, когда им на каждом шагу командует женщина или женщины. Следовательно, если в семье, коллективе, государстве и т. д. что-то не в порядке, то, по всеобщему мнению, виноват в этом мужчина или мужчины. В отношениях между мужчинами или в отношениях между женщинами страдающей стороной является тот, кто чувствует, что над ним властвует другой. Возможно, никто над ним и не властвует, но **страдающий из-за своего неверного представления видит в себе страдальца.**

Вот и получается, что хорошие люди, они же так называемые страдальцы, с полной убежденностью говорят:

«Если бы он изменился, вот бы нам счастье привалило. Если бы директор стал платить приличную зарплату, вот бы мы зажили. Если бы президент навел порядок, тогда бы мы не знали никаких бед. Если бы брат взялся за ум, тогда мое сердце успокоилось бы. Если бы сестра меня так не ругала, моя жизнь была бы счастливой...» И так далее. И человек, думающий подобным образом, даже не замечает, как незаметно подкрадывается к нему диабет, чтобы научить человека понимать, кто же виноват.

Содержание сахара в крови меняется по минутам в соответствии с мыслями, мелькающими в голове у каждого из нас по меньшей мере 16 раз в минуту. Анализы на сахар в крови берутся несколько раз в день, чтобы уловить вероятные колебания. Если человек во время обследования сражается со своими житейскими проблемами и не в состоянии успокоиться, то результаты анализов могут колебаться в очень широком диапазоне, но это еще отнюдь не говорит о болезни.

Наверное, Вы все время от времени испытываете **внезапную потребность в сладком**, и если его не оказывается под рукой, возникает слабость, состояние, близкое к обмороку, появляется тошнота, головная боль, упадок сил, озноб и холодный пот струится по телу. Сознание как будто отключается. Почему? Человек хочет делать хорошее, хочет быть человеком. Делать добро «другим» человека подгоняет страх *меня не любят*, и он делает, и «другим» это нравится. Его благодарят, его хвалят, а значит, его любят. Это окрыляет, и у человека возникает желание делать как можно больше хорошего и для как можно большего числа людей. Незаметно добавляется желание показать себя, что-то доказать, сделать что-нибудь особенное, быть лучше других. Человек и его окружение привыкают к его сверхактивности, сверхработоспособности, необыкновенной энергичности. Рдеющий от похвалы человек не замечает, что его начинают использовать, однако замечает, что число похвал не возрастает. Он выжимает из себя последнее, доходит до предела человеческих возможностей, но чувствует, что ни он сам, ни другие им уже не довольны. Что произошло?

Человеку, чтобы ощущать себя человеком, присуща естественная потребность отдавать. Что отдавать? Смелый человек знает, что отдавать – самое ценное, то есть любовь.

В человеческом теле кровь нормального состава символически соответствует душевной любви. Какова у человека кровь, такова его душевная любовь. Кровь больного диабетом чересчур сладка, приторна. Чересчур сладкой или чересчур хорошей может быть только любовь боящегося человека. Читая эту главу, поменяйте слово «кровь» на слово «любовь», и Вы лучше поймете сущность болезни.

Клетки тела – это те самые «другие». Кровь снабжает клетки всеми питательными веществами в той мере, в какой это необходимо для клеток. Кровь человека, делающего добро «другим», по мере возрастания страха должна постепенно поставлять все больше и больше

глюкозы, чтобы «другим» было хорошо. А «другим» все как будто мало. Иначе почему они не делают добро дающему так, как ему хотелось бы?! Испуганный дающий не замечает у себя роста недовольства собой и другими. Он дает больше, дарит, работает, служит, не осознавая, что все это – лишь попытка подавить свой страх, развеять его делами. В зависимости от рвения такого человека его кровь дает клеткам когда больше, когда меньше избыточной глюкозы и сама, соответственно, недополучает глюкозу. В какой-то момент превышает черта возможного. Когда уже больше нечего отдать, тогда хочется получить, чтобы отдать. Кровь просит еды. Чем сильнее потребность спешить дальше, тем больше она просит сладкого.

Когда содержание сахара в крови падает, кровь голодает. Тело посылает сигнал о ситуации в виде новых страхов. В их числе страх ослабеть, страх потерять работоспособность, страх перед старостью, страх, что не смогу, не сумею, не позволят. Зато после еды человек чувствует себя хорошо, и он начинает налегать на пищу.

Человек, еще недавно выглядевший от беготни тенью, начинает набирать в весе, несмотря на еще большую беготню и усталость. Тучный человек утешает себя разными способами – например, что тяжелый человек сильнее, либо насмехается над теми, кто сидит на диете. А когда ему уже не до насмешек, он идет к врачу.

Незаметно испуганное «не могу», «нет сил» перерастает в злобное «не хочу». *«Я столько хорошего сделал для других, пусть теперь делают для меня».* Поначалу это служит утешительным самооправданием, и никто не догадывается, насколько роковым оно станет.

Понижение сахара в крови установить не так-то просто, поскольку низкий уровень сахара как результат того, что человек делает чрезмерно много хорошего для других, повышается от желания человека, чтобы другие наладили его жизнь, и в целом показатель может быть нормальным. Особенно если медицинские работники отзывчивые и заботливые. Во время обследования больной оказывается в центре внимания. Им восхищаются: какой молодец, какой выносливый, какое самопожертвование. Врач говорит, что все анализы в порядке и что подобные симптомы – результат переутомления. Но последних слов пациент уже не слышит, поскольку мысленно он уже на старте нового забега – хватит валяться на больничной койке!

Собравшись с силами, человек подхлестывает себя для дальнейших дел: *«Ничего страшного! Врачи все проверили. Не надо так много есть, тогда и не будешь таким толстым, тогда ноги смогут выдержать твой вес!»* А есть хочется, силы-то нет. Страх вынуждает решать все проблемы посредством еды. Каждый раз человек снова дает себе зарок, что эта трапеzia – последняя, пока не перестает обращать внимание на свою внешность: главное, чтобы силы были. Незаметно возникает и разрастается ожесточение на близких и на весь мир. Ощущение, что я сделал гораздо больше, а у других жизнь лучше, превращается в требование: *«Теперь они обязаны начать и обо мне думать».* Все повторяется сначала. На сей раз уже быстрее и тяжелее. Человек разочарован, несчастен. Разумеется, виноват врач, который не смог обнаружить болезнь. В таких случаях страх включает команду: ищи самооправдание. Таким щитом – чтобы никто не смог обвинить меня в лени – могла бы стать болезнь, а вернее, диагноз, чтобы было чем козырять в порядке самозащиты. Диагностированная болезнь для многих служит спасательным кругом.

Конец ознакомительного отрывка книги

[Скачать полный вариант книги](#)