

Лууле

ВИИЛМА

ЛУЧШЕ БЫТЬ,
ЧЕМ КАЗАТЬСЯ
ЗДОРОВЫМ, СЧАСТЛИВЫМ,
УДАЧЛИВЫМ



КАК ПРИВЛЕЧЬ ЗДОРОВЬЕ
И БЛАГОСОСТОЯНИЕ В СВОЮ ЖИЗНЬ

Лууле Виилма Лучше быть, чем казаться здоровым, счастливым, удачливым

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8371486

Лучше быть, чем казаться здоровым, счастливым, удачливым /Лууле

Виилма: АСТ; Москва; 2014

ISBN 978-5-17-085936-8, 978-5-17-085937-5

Аннотация

Опираясь на опыт врача-практика, Л.Виилма не только раскрывает суть своего учения о самопомощи через принятие и прощение, но и показывает, как применять учение на практике. Впервые в одну книгу собраны идеи и положения великого учителя, которые помогут вам, вашим родным и близким быть здоровыми, счастливыми, удачливыми. «Кто научится ценить свои чувства, понимать их смысл, тот научится мыслить с любовью. Кто осознает, что жизнь не что иное, как учеба, тот и в дальнейшем будет мыслить с любовью. Способность думать о любви с любовью есть счастье. Это значит: счастливы, удачливы, здоровы те, кто оберегает душевный покой, пребывая в состоянии душевного покоя», – говорит Л.Виилма. Для широкого круга читателей.

Содержание

Введение	4
Господство страха	10
Ошибки женщины	28
Конец ознакомительного фрагмента.	48

Лууле Виилма

Лучше быть, чем казаться здоровым, счастливым, удачливым

Когда вы берете в руки книгу о духовном развитии, всегда спрашивайте себя: «Нужно ли мне это?» Прислушайтесь к себе, и если внутренний голос говорит, что нужно, открывайте книгу, но не ранее того.

Я поняла, что со стрессами необходимо общаться, и, занявшись этим, осознала, что речь идет о самом обычном общении. Я убедилась в том, что нет никакой разницы, беседуешь ли ты с человеком или беседуешь со стрессами.

Я помогала себе, помогала семье и друзьям, пока меня не осенило изложить приобретенные знания на бумаге.

Введение

20 января 2002 года в результате автомобильной аварии на трассе Рига – Таллин перестало биться сердце человека, полного творческих сил и планов. Кончина

Л. Виилмы стала тяжелой утратой для всех, кто ее знал и любил, для кого она была учителем и отзывчивым другом. Уже прошло немало времени после смерти доктора Лууле Виилмы, но ее книги востребованы, ее советы, знания, опыт помогали и продолжают помогать миллионам людей стать здоровыми и счастливыми. Конечно, у наших читателей появляется множество все новых и новых вопросов, они пишут письма в редакцию – а ответить на них некому...

И вот мы (редакция) взяли на себя смелость (с разрешения наследников Л. Виилмы) создать новые книги, используя имеющийся материал и добавив не использованный ранее.

Как часто мы подменяем реальное положение дел видимостью! Почему? Из страха.

Мы пытаемся выглядеть так, как надо, чувствовать себя так, как положено, производить впечатление – то, которое предписано.

Кем предписано? Людьми. Обществом. Традицией. Точно – не природой.

Мы боимся быть не как все, боимся недотянуть, не соответствовать, боимся выглядеть хуже других. Поэтому стараемся выглядеть счастливыми, успешными, здоровыми, на самом деле не являясь таковыми. А только делая вид и разрушая себя изнутри этим притворством и ощущением внутреннего противоречия.

Однако в наших силах стать по-настоящему здоровыми,

счастливыми и успешными. У нас есть **все** для этого.

И первый шаг к этому – честность перед самим собой, осознание своих стрессов, ибо на языке стрессов с человеком говорит его собственная жизнь и прощение.

Пройдем по этому пути вместе с Лууле Виилмой.

Современный человек не будет свободным до тех пор, пока он ищет и находит виноватых. Виноватым считается другой человек.

Жизнь – это борьба, а у борьбы есть положительные и отрицательные стороны. Чем сильнее борьба за хорошее, тем больше хорошее, уже отвоеванное. И чем сильнее борьба против плохого, тем больше становится плохое, если человек ему уступает. Кто борется против плохого плохим же, тот проигрывает. Силу и стойкость в этой борьбе дает любовь.

Чем больше дано, тем больше спрашивается. Единственным разумным существом на Земле является человек, он обязан с толком использовать данное ему большое сокровище – разум. С помощью разума человек способен войти в дух, если верит своим чувствам и считает их правильными. Тот, кто жестко придерживается материального мира и догматических учений, поднимается медленно, с трудом и мучениями. Тот, кто гонится за своей правдой, для того путь тернист и заканчивается тупиком.

Тот, кто освоит искусство прощения, может освободиться от цепляющегося за него плохого, и ему путь движения открыт.

Прощение – наивысшая освобождающая сила.

Для того чтобы прощать, надо познать самого себя. Тот, кто отрицает наличие негативного в себе или в близких, проходит свой путь через собственные синяки и шишки.

Заблуждающееся человечество идет именно таким путем, так как не открывает себя подлинной любви.

Бог дал нам в качестве образца Христа, который учил любить и прощать. Но человечество учения не приняло. Бог видит, до какого кризиса оно снова дошло, и вновь пытается дать нам учение, чтобы помочь людям.

Кто пытается спрятать свою лень за малообразованностью, да будет тому известно: трехлетний ребенок может оказаться более духовным, чем пятидесятилетний академик, а внешне изнуренный, всю жизнь занимавшийся тяжелым физическим трудом восьмидесятилетний работяга может быть более духовным и восприимчивым, чем тридцатилетний работник искусства. Не имеет значения, какие у человека пол, национальность, образование, уровень интеллигентности, известность, деньги или степень почета.

Значение имеют вера, надежда и любовь, так как они – истина и реальность. Из физического мира их не извлечь. Прощение сбрасывает все оковы. Не позволяйте себе обманываться внешним блеском. Слушайте теплые толчки своего сердца и воспринимайте их как наивысшую ценность. Учи-

тес использовать свои чувства. **Учитесь искусству прощения, тогда получите то, что Вам необходимо**, в том числе и материальные блага.

Если же Вы надеетесь сразу стать богатым, счастливым, удачливым, то может случиться, что Вы окажетесь еще не готовыми для усвоения такого опыта и получите обратное. Кто искренне чувствует, что готов... Почему бы и нет! Но если богач не распоряжается своими богатствами с достоинством, то в будущую жизнь он может явиться нищим. Если же он выучит свой урок, то есть сумеет властвовать над деньгами, не делая ими другим плохо, то в будущую жизнь он может прийти королем, чтобы научиться властвовать и народом.

Но духовные миллионы у всех нас есть уже сейчас.

А тот, кто спросит: *«Если я сейчас же начну думать и жить правильно, то тогда моя жизнь наладится?»* — пусть знает – он пришел не на базар. Это там ему сразу отвесят кусок по желанию.

В духовном мире поступок влечет за собой следствие, достойное поступка. Для этого-то человек и должен думать и мыслительной работой направлять энергию чувств в нужное русло.

Кто предъявляет условия, может остаться ни с чем. Кто делает хорошее, не ожидая вознаграждения, будет вознагражден вдвойне. Все, что мы делаем, делаем для себя и получаем обратно вдвое.

Жизнь – это борьба, а у борьбы есть положительные и отрицательные стороны.

Всякий опыт необходим, поскольку он учит.

Кто еще не нашел своего пути, ищите и решайте.

Может быть, найдете с помощью этой книги.

Господство страха

Стресс является напряженным состоянием организма, возникающим как защитная реакция на негативные, или плохие, раздражители.

Стресс – это невидимая глазу энергетическая связь с плохим.

Все, что для данного человека плохо, является стрессом.

Медицина рассматривает стресс на уровне его физического проявления, то есть возникшей болезни. А болезнь есть не что иное, как суммарно накопившаяся невидимая энергия, которая и вызывает физический недуг. И медицина, и человек обычно понимают стресс как последнее психическое напряжение в веренице стрессов, испытываемых за год или многие десятки лет, за которым непосредственно последовала болезнь. Такое толкование стресса страдает ограниченностью.

Для того чтобы лучше понять перерастание стрессов в болезнь, необходимо объяснить действие страха. Еще в первобытнообщинные времена было известно о магическом действии страха на врага: устрашающий боевой клич косил с ног

и без оружия.

Негативная энергия страха поражает почки и надпочечники. В надпочечниках на физическом уровне возникает спазм и уменьшение либо прекращение выделения

гормонов; они уже не поступают в кровь в необходимом объеме. Эти гормоны жизненно важны. Это доказывает тот факт, что человеку, находящемуся в клинической смерти, первым делом вводят гормоны надпочечников.

Надпочечники расположены в задней части 3-й чакры и тем самым связаны:

- с властью и господствованием,
- с силой воли.

Человечество – пленник страха!

Страх как в прямом, так и в переносном смысле владеет сегодня человечеством и уничтожает силу воли.

У каждого органа есть сознание. Когда пропадает воля, то орган отказывается работать. В зависимости от природы страха он поражает разные чакры и разные органы.

Напомним:

VII чакра – проблемы веры.

VI чакра – проблемы равновесия мира эмоций и мира рассудка.

V чакра – проблемы общения.

IV чакра – проблемы любви.

III чакра – проблемы власти и господствования.

II чакра – сексуальные проблемы.

I чакра – проблемы жизненной силы.

Нередко люди отрицают наличие у них страха, потому что не хотят признавать себя трусами либо же считают страх чувством, которое возникает перед лицом физической опасности.

Если мы говорим: я не хочу, я не смею, не ошибаюсь ли я, не знаю, стоит ли, то за этими фразами в действительности скрывается страх.

Тот, кто удосуживается поразмыслить и поговорить сам с собой, может признаться себе в том, что он испытывает страх.

Состояние страха влияет на чакры одинаковым образом, хотя один страх называем страхом, а другой не хотим так называть.

Особенно сильна у людей магия страха в наши дни. Всевозможные стихийные бедствия, войны, экономический хаос, преступность, неясность, незащищенность и предсказания вселяют страх и вызывают болезни. Человек не задумывается о том, что все эти проблемы естественны и являются следствием несправедливых мыслей и поступков человечества. То, что за хорошим следует плохое – естественно, и затем

вновь наступает хорошее. Боязнь лишь усиливает плохое.

Человек же продолжает испытывать страх. Тот, кто прощением снимает с себя страх, может жить в душевном покое.

Вместо того чтобы испытывать страх перед будущим, лучше начните исправлять настоящее. Особенно рекомендую это пенсионерам, безработным, больным, чье время тратится впустую.

Вспоминаю одну старушку, которая, благодаря своей добросердечности, была очень здоровым человеком, однако все время боялась из-за всего и из-за всех и в конце концов заболела. Когда я разъяснила ей причину заболевания, она стала сильно переживать из-за своей глупости, но оказалась беспомощной разрешить эту ситуацию.

Прежде всего я научила ее прощать свой страх, во-вторых, прощать всем тем, кто делает плохо другим, ибо плохое совершает только тот, у кого в душе нет любви. Каждый хороший человек может простить мать, которая оставила своего сына без любви, в результате чего он пошел воевать. Каждый хороший человек может простить и такого сына и послать ему любовь – то, без чего эта беспокойная душа творит в мире плохое. Тогда придет конец насилию.

Как приятно было смотреть на восторженные слезы этой старушки: она радовалась тому, что нашла, куда направить свою любовь, она перестала быть напуганной.

В действительности страх коренится более глубоко – в бездонности человеческого духа. Дух, который сейчас пре-

бывает на свете в виде человека, перебивал здесь уже много раз. В каждой своей жизни человек совершал ошибки, которые не сумел правильно оценить или, иначе говоря, не прибавил ума. Его душа ощущает вину за то, что не сумела правильно провести уроки для своего тела. Дух хоть и знает, что вины как таковой нет, тем не менее, на него через подсознание воздействует сознание тела.

Дух с укоренившимся чувством вины приходит на Землю снова и снова, чтобы искупить свою вину. Одну вещь выучит, другую – нет. Дух помнит все и знает все, также и то, что научиться можно с помощью учения – до совершения ошибки. Груз вины за совершенные ошибки давит на Землю. Дух ощущает, что из-за его ошибок положение на Земле ухудшилось. Следовательно, дух знает, что он причастен к царящему в данный момент хаосу, и у него возникает страх за судьбу Земли, поскольку по закону за причины и следствия он ответственен перед Богом.

Это не означает пребывания на скамье подсудимых в ожидании приговора, а означает то, что каждый дух несет ответственность за приращение мудрости Всеединства, и если он остановит этот процесс, то последствия окажутся глобальными, затрагивающими конкретно и его самого.

Коротко говоря, дух знает, что из-за его ошибок на Земле наступил кризис, его чувство вины вызывает страх перед будущим.

Страх разрушает тело человека и препятствует развитию духа.

Этот страх мы искупим, если попросим прощения у Земли и у Бога за то, *что своими ошибками причинили им зло, и простим себя за то, что это совершили.*

Землю окружает сфера негативной энергии, состоящей, в свою очередь, из разных слоев стрессов. Каждый человек, в зависимости от своих стрессов, может попросить прощения у Земли за то, *что своей злобой, завистью, страхом, чувством вины, жадностью, мстью, недоброжелательностью, обвинениями, злорадством и т. д. изолировал Землю от чистого Космоса.* И простить себе, *что так сделал.* Земля ожидает любви так же, как и каждый из нас.

Кто прощает поверхностно, тот получит и соответствующий результат. Земля ждет прощения, которое освободило бы человечество от собственных пут. Все, что внушает страх, – непонятно, и напуганный человек воспринимает Землю и происходящие на ней процессы как несправедливость и кошмар. Земля любит человечество, однако вынуждена терпеть людскую негативность. Эту негативность Земля пытается уравновесить всевозможными процессами в недрах, но человек ухитряется опередить ее, загрязняя Землю. Накопившаяся негативность уничтожается посредством землетрясений, наводнений, извержения вулканов, ливней, войн и т. п. Если бы Земля этого не делала, то разрушилась

бы окончательно и погибла.

Каждый, кто хочет быть счастливым, должен помогать Земле, иначе нельзя. Земля ведь наш дом. Если дом не любят, то он погибает. Каждый, кто приносит в дом плохие мысли, отравляет домашнюю атмосферу, и этот дом может разрушиться. Никто в таком доме не чувствует себя свободно. Человечество находится в плену у собственных стрессов.

УЧЕНИЕ О ПРОЩЕНИИ ЕСТЬ УЧЕНИЕ О ВЫЖИВАНИИ

Очень трудно заставить думать современного, насквозь материального человека. Мне часто доводится слышать прежде, чем удастся закончить мысль: *«Нет, мой недуг не от этого»*. Остается только усмехнуться, поскольку данный человек с порога отвергает все, включая хорошее, ибо он настолько в плену у плохого, что автоматически всему сопротивляется. Часто приходится подчеркивать: мозг создан не ради красоты, а ради пользы. Думайте и делайте выводы. Простите своим стрессам, за ними не всегда нужно искать конкретного виновника.

Сядьте и представьте себе черную тучу – это Ваш страх. Страх – это энергия, у энергии есть сознание, а значит, Ваш страх слышит Вас. Он не зловредный и явился не для того, чтобы Вас терзать. Вы сами вобрали его в себя. Он пришел учить Вас.

Ваше тело от этого страдает, но освободиться от страха

оно не в силах. Только Вы сами в состоянии это сделать. Тело знает, что все, что Вы в себя вбираете, нужно Вам для того, чтобы научиться и стать мудрее. И тело вынуждено страдать и мучиться под растущей горой страхов. Тело так или иначе дает знать об этом. Так помогите же ему!

Скажите этой туче страха: *«Я прощаю тебе за то, что ты вселилась в меня. Я прощаю себе, что приняла ее. Дорогое тело, прости меня за то, что тем самым сделала тебе плохо. Я только училась, а теперь поумнела».*

Ощутите затем свое тело, и Вы почувствуете, что тело стало более легким. Представьте себе свой страх, и, возможно, Вы почувствуете, что он уменьшился. Если повторять по многу раз, страх исчезнет. Таким же образом можно снять все стрессы. А уж потом можно простить человека, который Вас испугал.

До тех пор, пока в Вас сидит Страх, Ваше тело знает, что Вы нуждаетесь в запугивании, и Вы будете сталкиваться с людьми и с ситуациями, которые будут вызывать у Вас страх. Когда же Вы победите в душе страх, то, словно по мановению волшебной палочки, страшное Вам уже не встретится.

Прощение должно стать привычным делом. До тех пор, пока Вы окончательно не освободитесь от страха, Вам снова и снова придется, пусть самую малость, сталкиваться со страхом воочию или понаслышке. Если это происходит, то значит, что Вы еще не полностью избавились от страха.

Среди людей много таких, кто ради моды прощает раз-

другой, а затем делает вывод: «*Это не помогает. Только ду-
рят людей*». И продолжают двигаться по пути безумия. Но
в жизни действует правило: как работаешь, столько и полу-
чишь.

Человек, испытывая чувство вины из предыдущих жиз-
ней, притягивает к себе ситуацию, в которой сам становит-
ся без вины виноватым. Часто испытывается необъяснимое
чувство вины, которое огорчает или раздражает. Любое сло-
во воспринимается как упрек, а значит, как обвинение. Че-
ловеку, испытывающему чувство вины, ничего нельзя объяс-
нить. Чем больше чувство вины, тем ближе подступает страх
перед будущим. У кого в душе таится чувство вины, тот дол-
жен обвинять других – ему это необходимо.

Поскольку хронический страх страхом не называется, а
человеком он овладел и не дает идти вперед, то он вызывает
чувство протеста, зlobу и сопротивление.

Бойцовский тип выбирает жестокую схватку с плохим.
Покорный тип топит страх в алкоголе либо наркотиках.

Пристрастившиеся к успокоительным средствам нарко-
маны-неврастеники оправдывают свою борьбу болезнью.

**Побеждает тот, кто борется за хорошее, а не против
плохого.**

Чувство вины, доходя до критической черты, превраща-
ется в страх. Страх, доходя до критической черты, превра-

щается в злобу. Злоба, доходя до критической черты... **начинает уничтожать самого человека.**

Злоба вызывает злою болезнь – рак.

Неважно, проявляете ли Вы злобу внешне или копите ее в себе, – результат один и тот же. Страх перед раком лишь быстрее притягивает его. Если копить в себе злобу на других и вопрошать *«почему они так делают?»*, то эффект получится тот же.

Страх разрушает силу воли.

Страх – это стресс надпочечников, который охватывает через чакры все тело.

**Пораженный страхом орган не способен работать.
Если орган не хочет, то заставить его невозможно.**

От стрессов родителей страдают дети. Они ясновидцы и хотят видеть в родителях хорошее.

Кто исправляет прошлое, тот одновременно исправляет и будущее.

Если пришла болезнь, то задумайтесь о том, где она рас-

положена – слева или справа, внизу или наверху, спереди или сзади, в какой чакре и на уровне какого позвонка, и Вы найдете причину в своей душе.

Простите своему стрессу.

Простите себе...

Попросите прощения у своего тела.

Если в больном месте или во всем теле возникает чувство облегчения, то Вы обнаружили истинную причину. При повторном прощении исчезает боль, а вслед за ней и вся болезнь.

Если человек болен с головы до пят, то причина заключается в том, что он не умеет ни прощать, ни просить прощения. Он не признает собственных ошибок. Когда начнет их признавать, прощать, тогда поправится.

Для того, чтобы выздоровление было стабильным, нужно полностью и окончательно переделать свое мышление.

Душевный покой = Здоровье

Почему в старину люди были спокойными? Не так трудно это понять:

I чакра – Понедельник

II чакра – Вторник

III чакра – Среда

IV чакра – Четверг

V чакра – Пятница

VI чакра – Суббота

VII чакра – Воскресенье = **День отдыха, когда можно перевести дух.**

Если человек правильно отнесется к воскресному дню, то тогда у него будет время поразмыслить над ошибками минувшей недели, извлечь из них урок, чтобы продолжать жить уже поумневшим. В старину человек по воскресеньям просил прощения за свои ошибки и тем самым благословлял будущее.

**Будущее опирается на прошлое,
однако существует лишь вечное сейчас —
прошлое + настоящее + будущее.**

Понятия справа – слева, спереди – сзади, вверху – внизу очень значимы для понимания недугов человеческого тела.

• **Справа.** Правая сторона тела является носителем женской энергии. Она связана с материнством и женским началом. Если сами Вы женщина, то все хорошее и плохое Вашей матери у Вас усиливается и проявляется на правой стороне

тела.

Сильная правая половина означает сильное материнское начало. Слабая говорит о том, что у Вас проблемы с матерью, либо с женой, либо с женским полом вообще (в дальнейшем – мать).

Посмотрите на себя в зеркало: правое плечо опущено, на правой лопатке бугор или уже горб. Верхняя часть позвоночника является носителем любовных чувств. Вы чувствуете, что мать Вас не любит, либо не принимает Вашей любви, либо Ваши чувства не находят у матери ответа и т. п., и эта тяжесть пригибает правое плечо к земле.

Если сгорблена правая часть спины, это означает, что Вы испытываете чувство вины перед матерью.

Если опущена правая часть таза, это означает, что жизненные трудности и неразрешимые материальные заботы (денежные затруднения), испытываемые Вашей матерью, грузом лежат у Вас на душе и ожидают высвобождения.

• **Слева.** Левая сторона тела несет в себе мужскую энергию. Она связана с отцовством и с мужским началом. Сильная левая половина тела указывает на хорошие взаимоотношения с отцом.

Слабая или больная левая половина тела ждет, что Вы освободите связанные с отцом или с мужчиной стрессы аналогично тому, как освободили правую половину тела.

Чтобы высвободить стресс прощением, поразмыслите хо-

рошенько над своими проблемами с родителями и, если поймете, в чем дело, обезопасьте себя от беды. Нет такого человека, у которого не было бы стрессов, связанных с отцом или с матерью, а значит, с мужчинами и с женщинами. В противном случае у Вас не было бы больше потребности явиться в физическое тело, поскольку к тому времени Вы познали бы уже всю земную мудрость.

Понятие стресса зачастую расплывчато. К нему мы еще вернемся неоднократно. Добавим, что чувство стыда, неловкости, скрытность, ощущение дискомфорта, неумение найти выход и т. д. также стресс.

Все противоположности составляют единство, в том числе мать и отец, правая и левая сторона. Поэтому не всегда удается установить болезнь, поскольку она может охватить обе части тела.

Например, левое плечо и левая рука болят, онемели и не поднимаются. Следовательно, мать и отец, влияя друг на друга, обрели схожесть и в равной степени воздействуют на обе части Вашего тела. Напомню еще раз: это их проблема. Вы не должны принимать ее в себя. Тем самым – простите их за то, что у них такие проблемы, простите себя за то, что приняли в себя их проблемы и – попросите прощения у своего тела за то, что тем самым сделали ему плохо. Часто слышны возражения: *«Как я могу быть настолько бессердечной, что проигнорирую переживания родителей?»* Повторяю снова и снова: негативность нужно воспринять разумом, тогда

можно направить доброту на разрешение проблемы либо на поддержку другого человека.

- **Спереди.** Передняя часть тела является выразителем энергии чувств. Все недомогания на передней части тела связаны с негативными чувствами, которые Вы вобрали в себя.

- **Сзади.** Задняя часть тела соотносится с энергией воли. Все, что подавляет Вашу волю или уничтожает ее, властвует над ней, травит, рушит, унижает, насмехается, – отнимает у Вас возможность удовлетворить свои потребности, достичь цели. Разрушение силы воли есть разрушение жизни.

Задняя часть тела, или спина, или позвоночник, означают жизненные принципы, что придает смысл жизни.

- **Верх.** Верхняя часть тела означает энергию, направленную в будущее. Если человек испытывает страх перед будущим, то у него заболевает верхняя часть тела.

- **Низ.** Нижняя часть тела означает энергию, направленную в прошлое. Если прошлое было суровым, то заболевает нижняя часть тела.

Вдумайтесь, и Вы найдете в собственном теле поразительную логику, которая даст ключ к тому, что кому простить и как у кого просить прощения.

Земной человек берет, однако, всякое начало в прошлом.

Учение о прощении основывается на уяснении для себя прошлого и устранении первопричины.

Поскольку мы навечно связаны с матерью невидимой пуповиной, то влияние матери на ребенка зачастую столь велико, что мы становимся похожими на своих родителей и начинаем таким же образом влиять на других. Следовательно, если во мне есть негативность, которой я влияю на спутника жизни, семью, коллектив, то я должен попросить у них прощения.

Материализм преподал человечеству урок властвования над женщиной. Властвование есть негативность. Для того чтобы жизнь складывалась хорошо, нужно привести физический и духовный мир в состояние равновесия.

Наипервейшая сторона жизни – **правильное мышление**, за ним следует **правильное дыхание, правильное питание и правильное движение**. Человек, который мыслит правильно, делает, причем естественно, правильно и все остальное.

Все сущее характеризуется полярностью, то есть имеет две стороны. Две стороны свойственны и мышлению: одна – логическая, или рациональная, вторая – эмоциональная, или интуитивная. Они также должны находиться в равновесии, в пропорции 1:1, подкрепляя друг друга в соответствии с потребностью и ситуацией.

Мужчина – воплощение разума, он – голова, жена – чувства, она – шея. Если жена забывает, что она не голова, а

шая, если она забывает быть счастливой от того, что может силой своей любви заставить мужчину парить в воздухе, и хочет взять бразды правления в свои руки, то она нарушает Божий закон. Человеку следует знать: коль скоро он хочет властвовать, пусть явится в жизнь мужчиной, если же явится женщиной, значит, ему это было необходимо.

Мы приходим в жизнь по свободному выбору духа, и если мы станем роптать на этот выбор, то разрушим то, что пришли построить, и окажемся у груды обломков.

С того момента, как женщина возжелала властвовать, произошло качественное изменение в сфере половой жизни: зачатие детей превратилось в занятие сексом. Слияние духов в любви, за которым кульминацией следует физическая близость, превратилось в поиски поз для полового акта, с тем, чтобы подхлестнуть страсти. Мужчина старается усовершенствовать технику секса, к сожалению, не сознавая, что основой наслаждения является духовная любовь. Если ребенок зачат без духовной близости, то у него возникает стресс отсутствия любви.

Истинно любящие не изобретают поз, они получают сами собой, потому что влюбленные свободны от страха *«меня не любят»*.

Тем не менее как мужчина, так и женщина жаждут чего-то необыкновенного и с этой надеждой вновь и вновь соединяются друг с другом, не сознавая своего душевного томления. Наслаждение – момент самозабвения. Таким образом чело-

век пытается забыть себя, свою реальность – забыть свои стрессы-оковы. Забытие есть самообман. Лучше освободите стресс.

Ошибки женщины

Страх «меня не любят» — самый большой страх, потому что без любви нет жизни и духу.

Смерть физического тела естественна.

Дух продолжает и реинкарнируется вновь.

Гибель любви есть гибель духа.

Гибель любви хуже смерти.

С таким страхом человек становится раболепным, – главное, чтобы кто-нибудь его любил. Но поскольку у него стресс – он ведь должен испытать, что его не любят, то его и не любят, невзирая на его услужливость. Человека используют, затем отгалкивают. Он не может понять, почему ему больно, так как страх «*меня не любят*» заблокировал разум.

Многие люди льют слезы и с горечью жалуется на то, что они, дескать, сделали для других столько хорошего, а их, тем не менее, отвергли.

И должны были отвергнуть, потому что рабов не любят. Ведь раб испытывает страх, что *его не любят*, и этот страх требует постоянной подпитки, требует снова и снова пережить чувство, что *его не любят*. Так происходит обучение. Не ищите вины в других, освободите свой страх.

Современная женщина совершает три принципи-

альные ошибки:

1. Момент зачатия ребенка. Он приходит в виде духа к дверному порогу жизни, видит отрицательное и воспринимает его как отношение к самому себе. Бытовые неурядицы родителей погребли под собой любовь. Ребенок это видит. Он стоит и ждет, но так как у матери уже утрачен первобытный инстинкт сотворения ребенка и, следовательно, открытой любви к нему, то у ребенка возникает убеждение, что *меня не любят*.

2. Этот стресс закрепляется во время родов. Страх матери вызывает спазм в родовом канале. Вместо того, чтобы с удовольствием скользить по родовому материнском лону, ребенок движется, словно меж валиков, калеча себя и мать.

Способен ли любящий причинить другому боль? Нет! Ребенок тоже так считает. А его мать причинила, следовательно, не любит.

3. Ребенок рождается и сразу ждет материнской любви. Чрезвычайно велика потребность слиться с матерью воедино. Мать этого не знает и в лучшем случае радуется тому, что ребенок родился. Немедленно следует испуганный вопрос: *«У него все в порядке? Со мной все хорошо?»* Этот страх, у которого глаза велики, проявляется раньше всего. Акушерка уже берет ножницы и перерезает пуповину. Так перерезается последняя надежда на любовь, и в ребенке закрепляется страх *«меня не любят»*.

Мать может всему миру доказывать, насколько она любит

ребенка, и весь мир поверит, потому что материнское чувство искренне. **Но ребенку страшно.** Прежде чем мать не прервет прощением эту цепь стресса, ребенок не освободится, да и у матери останется необъяснимое чувство вины.

Даже если мать отрицает чувство вины, поскольку не верит в эту сказку, все же чувство вины она носит в себе, и стресс выжидает, копит силы, чтобы вырваться наружу. Больной и нервный ребенок является следствием ошибок матери.

Не одна мать идет с плачем жаловаться подругам: *ах я бедная, несчастная, меня обвинили в том, будто бы я не люблю ребенка, и оттого он болеет.*

Иной раз гляжу на такую мать и вижу, что ее трехлетний ребенок понимает, о чем я веду речь, а мать – нет. Если человек хочет понять, он поймет. Если не хочет, будет искать виноватого, причинившего ему боль. Но от беды это не спасает...

Страх «меня не любят» сегодня достиг максимальной силы.

В принципе, если ребенок при рождении не держит шею, не поднимает голову и не фиксирует глазами глаза матери, у него стресс страха.

Следовательно, все современные матери должны попросить у своих детей прощения за совершенные три основные ошибки, простить себе и попросить прощения у своего тела. И дети должны простить своим матерям их ошибки. Жен-

щина – это чувства, но не забывайте, что у женщины также имеется разум. Мужчина – это разум, но, поверьте, и у мужчины есть чувства.

В страхе перед исчезновением любви человечество теряет ощущение реальности. Женщины сетуют и жалуются: «*Муж меня не любит*». Они выдумывают всевозможные трюки, чтобы привлечь мужчину, – капризы, требования, упреки, беспомощность, и даже заболевают, желая удержать мужа при себе. Все это приводит к неврозу, первым признаком которого являются головные боли. Мужчины удрученно либо же сердито машут рукой и предпочитают помалкивать, пока терпению не приходит конец. У тех и у других подход один и тот же: «*Почему он(а) не такой(ая), как я?*»

Проблема коренится в непонимании. Не может понять человек, чей мозг (как в части чувств, так и в части разума) заблокирован страхом «*меня не любят*». **Все недомогания в голове, шее, плечах и руках берут начало от этого страха.** Но большинство людей это отрицают, боясь показаться слабыми. Человек не осознает того, какую разрушительную работу может совершить стресс. Тот, кто хоть немного порассуждает логически, почувствует, что в нем этот страх и он провоцирует человека на нелогичное поведение.

**Простите этот страх за то, что он в вас вселился.
Простите себя за то, что Вы его приняли.**

Попросите прощения у тела за то, что сделали ему плохо.

И попросите прощения у супруга за то, что отгородили его от себя этим стрессом.

Если человек испытывает страх *«меня не любят»*, то он воздвигает перед собой стену страха и плачет и жалуется, что его не любят, но ведь любовь не может проникнуть к нему сквозь стену. Если тот, другой, обладает мягким характером, то он оказывается погребенным под грузом жалоб и обвинений. Если у него натура борца, то он пытается действовать, но, слыша беспочвенные обвинения, после нескольких попыток начинает злиться. А если у него, в свою очередь, стресс: *«я не достоин любви»*, то положение осложняется – люди духовно все больше отдаляются друг от друга.

Иная мать всю жизнь обвиняет мужа и детей в том, что они ее не любят. Она несчастна оттого, что все держатся от нее в стороне. Муж и дети несчастны, так как мать не верит в их любовь. Такая семья живет в замкнутом круге, терзая друг друга.

Зачастую упрямое непонимание столь велико, что остается одно – разойтись. И люди с ранеными душами разбредаются в разные стороны, **не находя счастья**, поскольку этому препятствует их стресс. На самом же деле выход есть.

Человек, который страшится того, что *его не любят*, подсознательно хочет видеть себя хорошим и достойным, чтобы

быть любимым. Потребность в этом настолько сильна и могущественна, что вынуждает человека унижать других, лишь бы самому казаться лучше и выше. Своей злобой, выросшей из страха, они уничтожают даже самое дорогое, поскольку их мозг не способен мыслить логически.

Они вступают в доверительные отношения с теми, кто помогает им очернять других людей, одновременно презирая себе подобных. Эта проблема, трудная и печальная, возникает, как правило, у пожилых женщин. Они причиняют страдания своим детям и близким, но и сами страдают не меньше. Если человек переполнен страхами и становится агрессивным, то это еще не дает ему права причинять боль другим. А если причиняет, сам страдает вдвойне.

Читатель! Простите своей бабушке то, что она не вложила любовь в душу Вашей матери. Простите матери то, что она не понимает своей беды. Простите себе, что впускаете в себя обиду, чувство беспомощности, чувство, что мать Вас не любит, отчаяние, которое вынуждает отделяться от матери. Мать выбрана Вами самими, и эта Ваша боль – Ваш урок.

Теперь Вам самим решать, стать ли злым человеком, ибо допустили в душу чувство, что мать Вас не любит, или освободиться от стресса. Если поймете, что Ваша мать от страха потеряла голову, но на самом деле она хорошая, тогда Вы сможете ее любить.

Взгляните на мать просто как на человека, совершающе-

го ошибки. Так же ведет себя начальник, который боится, что его не любят. Он становится деспотом и начинает терзать других, так как испытывает потребность показать, что он достойнее и лучше всех, с тем, чтобы завоевать любовь. Сам он этого не осознает и даже отрицает.

Только свободный человек бывает любящим и смелым. Любой дух мечтает о том, чтобы совершенствоваться. Пленный дух не умеет правильно это делать – он начинает рвать пути страха, борется и терпит поражение, поскольку не ведает того, что страх нужно выпустить на волю. Если у подобного начальника есть подчиненный, который также испытывает страх, что *его не любят*, то этот подчиненный старается изо всех сил заслужить любовь начальника, не зная того, что своим страхом он приводит начальника в ярость.

Если в том же учреждении имеется еще руководитель среднего звена, то он оказывается в еще более трудном положении. Страх делает его рабом и начальника, и подчиненных, поскольку любому духу требуется как можно больше любви, – страх подхлестывает.

Наши современники, люди *рассудительные*, благожелательные, желая устранить недостатки, начинают волевым усилием изменять себя, подражая противоположному полу:

- женщины становятся более разумными или более мужественными;
- мужчины становятся более чувствительными или более

женственными.

Так совершается насилие человека над самим собой, а от этого страдает чakra солнечного сплетения. От насилия над собой возникает язвенная болезнь, от злобного насилия образуется рак желудка.

Выход есть – следует освободить свой стресс, тогда в меня сможет войти та любовь, в которой я нуждаюсь, невидимое полно духовных сил: у всех нас есть наставники, помощники, ангелы-хранители. Снимая стресс, мы расчищаем в себе место для принятия хорошего. Мы получаем то, чего заслуживаем. И с удивлением обнаруживаем, что нас любят.

Как женщина, так и мужчина **нуждаются** друг в друге. Очень нуждаются, человеку необходима завершенность, пусть даже он этого не сознает. Что такое завершенность? Это семья = жена + муж. Поскольку страх *«меня не любят»* и проистекающее из него непонимание друг друга блокируют нормальное единение, то это вызывает разочарование, потому что другой не реагирует на искренний порыв. За этим следует отчаяние, попытка исправить положение дел, новое разочарование, страх перед будущим, злость, желание унижить, желание отомстить и т. д.

И ослепляющая ревность. Возникает поле битвы, где победителей нет. На первый взгляд, преимущество на стороне мужчины, у него большой кулак и громкий голос, что, собственно, и боготворит жена в муже. Муж считает, что жена его боится, и становится тираном.

Мужчина! Не сознавая того, Вы боготворите слабость женщин и сильные чувства, Вы превосходите женщин силой, но чувствами – никогда. Вам нужна женщина, чтобы ощутить себя сильнее. Тот мужчина, который хотя бы мысленно поднимает руку на женщину, становится слабым, и его путь – вниз по спирали.

Женщина! Вместо того, чтобы становиться менее эмоциональной, простите своему мужу то, что он не догадывается освободить свой страх, и освободите свой собственный. Тогда у Вашего мужа не возникнет желания *искать настоящую женщину*, неожиданно для себя он обнаружит ее дома. Женщина, которая освободила любовь из-под власти страха, всегда притягивает мужчину своей любовью. Любовь притягивается только любовью. Никакое условие либо требование этого не сделают. Не поможет и то, что Вы красивы, верны, порядочны, опрятны, умны, заботливы и т. д. Вам нужно завоевать любовь мужа? Любите сами и откройте себя, чтобы Вас можно было бы полюбить. Тогда не придется лить слезы за своей стеной страха из-за того, что Вас не любят, и не придется обвинять мужа.

Тот, кто не намерен отказаться от желания властвовать и упрямо тычет пальцем – *почему я, почему не он?* – в конце концов получает то, что заслуживает – разбитое корыто. Постоянное обвинение мужа вызывает озлобленность, ревность и недоброжелательность, что приводит к раку груди.

Когда в человеке поселяется страх «*меня не любят*», у

него исчезает способность мыслить критически. Он видит соперника в каждом, кто обладает чем-то лучшим и кто может принизить его значение. **А ведь униженного не любят.**

Удачливый сосед или красивая женщина вызывают опаску – так возникает могучая сила зависти и ее всевозможные проявления: от сплетен до подставления подножки, поскольку у завистника благоразумие заблокировано страхом. **Пусть другой будет такой же хороший, как я, но никак не лучше.** Безрассудная борьба за превосходство средств не выбирает.

Невыразимо приятно проявлять великодушие к тем, кто вызывает жалость, и потом ставить это себе в заслугу. И обидно, когда этот жалкий человек не ценит моего благодеяния, а, напротив, высмеивает его.

Когда во мне нет страха, что меня не любят, то:

- отдаю ценную вещь, а не дрянь,
- не жду благодарности – меня и так любят,
- получатель благодарен и за мелочь – в ней заключена моя любовь.

Если бы противоборствующие стороны отказались от желания сделать так, чтобы другой стал таким же, *как я*, если бы они научились **испытывать радость** от того, что он(она) не **такой(ая), как я**, и были бы счастливы дать ему(ей) то, что у меня есть, то наслаждение стало бы полным. Жена и муж созданы для того, чтобы дополнить друг друга.

Кто требует, тому не дают.

Кто не дает, тот сам этого лишается.

Того, что ты у меня отбираешь, лишаешься сам.

Молодые способны испытывать наслаждение, так как они пока еще не утопают в стрессах. Вспомните свою юношескую любовь.

Говорят, что молодежь испорчена. Это неверно. Но духи молодых людей уже в детстве видят, что творит страх «*меня не любят*». Он возводит непреодолимую стену между отцом и матерью, которые должны составлять единое целое. Дух страдальчески устремляется в спасающую любовь, чтобы ухватить хотя бы малость. Чтобы не забывать наслаждения, которое позволило ему воплотиться в физическое тело.

Когда в бане встречаются маленькие мальчик и девочка и принимаются с любопытством разглядывать друг друга, то матери тут же начинают укорять: «*Стыдно! Стыдно!*»

Стыдиться следует деяний, а не бытия. Стыдиться должна мать, не рассказавшая своему ребенку о том, что у женщин и мужчин разные половые признаки и что это нужно правильно понимать, чтобы жить и вести себя в соответствии со своим полом. Сильный становится сильнее, если поддерживает более слабого – мужчина женщину физически, женщина мужчину душевно.

Мужской пол пока еще знает, что значит быть мужчиной

– от маленького мальчика до старца они пока еще испытывают радость, оказывая поддержку *слабой* женщине. Но женский пол, имеющий крепкую душевную силу, должен сейчас со стыдом опустить глаза – жажда материальной наживы сделала женщину душевно слепой. Женщины обижаются, когда мужчины не пропускают их вперед, не уступают места. Это торжествующее «Я ИМЕЮ ПРАВО!» Но дело в том, что право фиксируется государственным законом, а жизненное право завоевывается законом, идущим от сердца.

Когда я вижу молодого больного мужчину с потухшим взором и бледным лицом, то какое право имею я, здоровая женщина, требовать, чтобы он уступил мне место? Но *он* хочет уступить в силу своей мужской и рыцарской природы.

Молодой мужчина может с радостью уступить место женщине, которая вежливо откажется от предложения. И вместе с тем он же из упрямства не предложит места ворчливой бабке. Почему? Разве не ясно – та, что ворчит, хочет ворчать. Если уступить ей место, то ворчать она уже не сможет.

Таким образом, измените себя, тогда изменится и отношение к Вам.

Современный ребенок, не получивший домашней любви, бежит искать ее при первой же возможности. К сожалению, страх – «*меня не любят*» — особенно велик у детей. Об этом говорит их поведение, успеваемость, нервозность, частые болезни. Чем сильнее ребенок втягивается в водоворот таких поисков, тем больше его тянет ко дну.

Дух знает, что ему нужно, и молодой дух особенно чувствителен, но его разум не умеет этого осознать. Ему нужно, чтобы его понимали, и в конце концов он находит такого понимающего в среде людей того же пола. Возникают гомосексуальные отношения, которые могут приносить удовлетворение в течение долгого времени, но все же это не есть Божья завершенность и единение.

Когда женщина объединяет с женщиной свои сильные эмоциональные и слабые физические стороны, то чувства вскоре начинают высекать искры. Одна из партнерш должна уподобиться мужчине, иначе союз распадается. Это, может, удастся лишь внешне. Изменение пола есть самообман.

Когда мужчина объединяет с мужчиной свои слабые эмоциональные и сильные физические стороны, то союз длится дольше, потому что сумма чувств оказывается сильнее, и видимый душевный покой сохраняется дольше. Но зато больше страдает физическая сторона, так как каждый орган тела должен выполнять отведенную ему функцию.

А СТРАХ «МЕНЯ НЕ ЛЮБЯТ» продолжает тлеть, как огонь под пеплом, и делать свою разрушительную работу.

Не боятся только сильные и свободные духом, так как с ними любовь.

Кто стыдится признаться самому себе в этом страхе и боится проявить слабость, у того со временем стресс вырывается наружу, словно извержение вулкана. Молодые стыдятся, не понимая того, что стыд – это *страх признать свою*

подлинную сущность.

Страх «меня не любят» проявляется у мужчин и женщин по-разному. Девушка с большими и сложными чувствами и желанием властвовать начинает, нуждаясь в любви, требовать ее или выслуживать. Она становится либо пайнкой, старающейся заслужить похвалу, либо своенравной и капризной, если страх начинает переходить границы. Юноша хочет устранить все, что мешает любви, он начинает суетиться и бороться, чтобы добиться любви. При разрастании стресса происходит обратная перемена: девушка становится агрессивной, а юноша апатичным или высокомерным, то есть начинает отрицать наличие проблем, чтобы не выглядеть робким.

На протяжении жизни чувства суммируются, и пожилые женщины и мужчины становятся уже очень разными.

По прошествии 77 жизненных лет вновь начинается детский возраст; этим объясняется откровенность мужчин в этом возрасте. Они не отрицают своего страха «меня не любят». В царстве Божьем главным сотворен мужчина. Мужчина без стрессов является очень хорошим руководителем, ему подчиняются с радостью. Если у руководителя любящая жена, то она способствует продвижению мужа и по служебной лестнице. Если заправляет женщина, то лишь с помощью любви достигает она нужного результата. Если женщина хочет руководить, используя мужские приемы, то возникает конфликт, как в учреждении, так и в здоровье самой

женщины, а также и в здоровье подчиненных ей мужчин.

Мужчина должен занимать свое место в жизни. Если он этого не делает, то вынужден страдать. Вследствие этого происходит постоянная борьба за власть между мужчинами и женщинами. Мужчина **должен** главенствовать, а женщина **хочет** главенствовать. Это не значит, что женщина должна сидеть дома и исключительно заниматься воспитанием детей. **Женщина должна занимать свое место в жизни.**

Женщина, которая хочет властвовать, болеет мужскими болезнями (например, пояснично-крестцовый радикулит и другие заболевания нижней части тела). Мужчина, отрицательно относящийся к верховенству женщин, имеет те же недуги.

Выход есть – освободитесь от страха *«меня не любят»*, и тогда освободится разум. Вы найдете свое место в жизни.

Человек, заставляющий себя жить так, чтобы нравиться всем, губит, прежде всего, себя и свою семью. Тот, кто считает свою работу важнее любви, теряет любовь. Работа не любовь, но любовь – это работа...

Вспоминаю одного тринадцатилетнего мальчика с сильно деформированным позвоночником, которому я сказала: *«Ты настолько боишься своего отца, что весь искривился. Такая сильная тяжесть у тебя в голове потому, что там страх, что тебя не любят»*. Ребенок, из которого раньше приходилось вытягивать слова, который сидел, не отрывая

глаз от пола, посмотрел вдруг мне в глаза острым и умным взглядом, взялся руками за голову и с отчаянием крикнул: *«А они говорят, что у меня деревянная башка! Мне же так плохо»*.

Ребенок, прости своему страху, что тебя не любят, и из твоей деревянной башки получится умная голова. До сих пор страх не давал открыться твоему уму. Твой позвоночник сможет начать выпрямляться. И выяснится, что родители тебя любят. Просто у них свои страхи.

Реакция у молодежи и детей одинакова, как показывает опыт ежедневного общения с ними. Они и правда молодцы. Они не спрашивают: *«Я не сделал ничего плохого, почему я должен просить прощения? Это другие должны просить прощения у меня»*. До сих пор я не встречала ни одного подобного молодого человека, пожилые же постоянно упрямятся.

Странно, что люди в массовом порядке безотчетно склонны к самообману.

Обычные виды самообмана:

1. Забывание. Представьте себе, что в меня вселяется страх, он закрепляется в солнечном сплетении. Я не хочу его, боюсь его. Чтобы не видеть его, я снимаю с глаз полосу страха и тяну за собой, словно нить, и прячу за углом и придавливаю большим камнем. Там она находится год, два года, десять лет. Я свободно разгуливаю, ведь она мне не мешает, и сама верю, когда говорю: *«Я не испытываю страха»*. Однако

камень крошится. В один прекрасный день приходит кошка и сметает крошки хвостом. Нить страха высвобождается и больно бьет по мне, ибо с годами нить набрала вес и превратилась в веревку.

2. Самовнушение. Страх подобен мышши, которая закрепляется в моем солнечном сплетении своим длинным черным хвостом. Я внушаю себе: *«Все хорошо и будет еще лучше»*. Десять раз, сто раз, миллион раз. Словно золотые зерна, складываются они в большую кучу, и я радуюсь. Ведь все хорошо. А она, эта мышка, знай себе хрум-хрум-хрум... Мышь набралась сил, теперь ее не так просто поймать.

3. Называние черного белым. Беспokoюсь, сомневаюсь, испытываю неуверенность, верю в приметы, ощущаю робость, боязливость, у меня полно комплексов, оправдываю свои опасения, обосновываю их, ищу виноватых, но не смею сказать: *«МНЕ СТРАШНО»*. *Страх* — жуткое слово, настолько жуткое, что лучше я стану обманывать себя или отрицать, главное, чтобы не признаться самому себе.

4. Отрицание. Все, чего я не вижу глазами и чего не могу потрогать рукой, можно отрицать, однако **оно существует**. Будь то чувство вины, страх или ненависть – свое дело они делают, несмотря на отрицание.

Чем больше человек увязает в материальном, тем больше он занят самообманом. Глощает гормональные препараты, а у самого кости едва не ломаются от размягчения. На все у

него есть оправдание, но о страхе говорить не желает. Страх заблокировал надпочечники, человек поглощает гормональные средства и со страхом думает о том, какое действие могут оказать эти таблетки.

Поглядите на себя в зеркало, милые люди. Если у Вас нездоровый цвет лица, равнодушный, или испуганный, или измученный взгляд, мешки под глазами, сутулая спина, дряблая кожа, неухоженные руки и т. д. – значит, в Вас гнездится СТРАХ: «*МЕНЯ НЕ ЛЮБЯТ*».

Отпустите его на свободу прежде, чем скупите в аптеке все лекарства и с отчаянием поймете, что начинаете сходить с ума. Поработайте часок над этим страхом и снова подойдите к зеркалу. Если изменения еще не заметны, то, по крайней мере, глаза вновь обрели блеск, и исчезла тяжесть в голове.

Когда все раздражает, вызывает слезы, ты не находишь себе места, хочется что-нибудь сломать или на худой конец поспорить с кем-нибудь, в общем что-нибудь сделать, – это значит, Ваш страх пересек границу и превратился в злобу, которая ищет возможность уничтожить других или Вас самих. Человек перестает отдавать себе отчет в своих деяниях, поскольку мозг блокирован страхом.

Освободите страх. Он появился у Вас не для того, чтобы сделать плохо. Вы сами вобрали его в себя, поскольку он нужен Вам, чтобы через него учиться. Он Ваш друг. Ваше право – принимать поучение друга или нет.

Освободите страх, и у Вас не будет больше потребности

плакать.

Прощение кажется людям трудным. И что странно, даже настолько пугающим, что люди подчас начинают искать иной выход – в медитации, в тренировке физического тела, в различных восточных методах восстановления энергии. Все можно, но без прощения нельзя, поверьте мне. Кто боится прощать, тому суждено идти дорогой страданий, так как первичным должно быть мышление. Простите, если Вы понимаете меня с полуслова и чувствуете надоедливое, многократное повторение одной и той же мысли. Ваш дух более открыт, но это не дает права сокращать обучение других. По своему опыту я вижу, что повторение крайне необходимо.

Однако в своей работе мне приходится сталкиваться и с тем, что порой на меня глядят глаза, которые не видят, и меня слушают уши, которые не слышат. Не то чтобы люди были слепыми или глухими. И я знаю, что они уйдут и будут говорить: *«Наболтала всякой чепухи о прощении, а я как болела, так и болею»*. И могут заболеть еще сильнее, потому что не пытались понять и рассердились, не сознавая того, что сердятся (или негодуют) на самих себя. В этом случае здоровье и должно ухудшиться. Но через пару дней минует кризис, и удивительным образом наступит облегчение.

Теперь этот человек хоть чуточку, но задумается. Несмотря на упрямство разума, для сознания тела ситуация немного прояснилась. Ведь тело слышало наш разговор.

У меня спрашивают, почему я не отказываюсь заниматься

людьми, которые приходят за здоровьем, а сами себе помочь не хотят.

Честно говоря, в некоторых случаях я отказывалась, и не потому, что человек преступник или плохой в каком-нибудь **ином** смысле. Это были люди, которые не хотят ничего понять, с упрямством отрицают свои ошибки, считают свою правду единственной и полагают, что здоровье можно купить за деньги. Здоровье не купишь за все сокровища мира.

Ничего не получится, если человек не хочет, и человек **может** все, если сам пожелает. В этом случае ему требуется лишь обучение и учитель.

Еще никто не уходил от меня, не получив подобного разъяснения. Есть много людей, которые очень жестко усвоили прописные истины и стандартное мышление, и тем самым они держат дух в плену. Самое распространенное заболевание у таких людей – невроз: дух пытается вырваться на свободу, а разум не пускает.

В таких случаях я чувствую, что должна прибегнуть к принуждению – ведь и детей заставляют учиться, чтобы впоследствии было легче. И я прошу человека простить мне то, что я его принуждаю, и говорю то, что обязана. Возможно, следующий поучительный пример поможет мне проиллюстрировать такой подход.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.