



ИСЦЕЛЕНИЕ ДУШИ И ТЕЛА

Лууле ВИИЛМА

БОЛЕЗНИ ПОЗВОНОЧНИКА И СУСТАВОВ

**Как укрепить
и вылечить:**

- *кости и суставы*
- *мышцы*
- *руки и ноги*
- *позвоночник и множество органов
тела человека, связанных с ним*

ПРАКТИЧЕСКИЙ КУРС



Исцеление души и тела

Лууле Виилма

Болезни позвоночника и суставов

«Издательство АСТ»

Виилма Л.

Болезни позвоночника и суставов / Л. Виилма — «Издательство АСТ», — (Исцеление души и тела)

ISBN 978-5-9757-0531-0

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 предупредить и вылечить болезни позвоночника и суставов. Для широкого круга читателей.

ISBN 978-5-9757-0531-0

© Виилма Л.
© Издательство АСТ

Содержание

Введение	5
Почему мы болеем	7
Формула прощения	7
Здоровье и болезни	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Лууле Виилма

Болезни позвоночника и суставов

Введение

Доктор Лууле Виилма помогла и помогает миллионам людей стать здоровыми и счастливыми. Ее книги вызывают неиссякаемый интерес как у нас в стране, так и за рубежом. И трудно поверить, что семь лет назад трагическая случайность оборвала жизнь Лууле Виилмы. 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. Но она по-прежнему с нами.

Книги Л.Виилмы, ставшие настоящими бестселлерами, выходят в издательстве «У-Фактория» с 1998 года. В серии «Прощаю себе» вышло девять книг, пять вышло в серии «Прощаю себе. Лекции и беседы». После ее смерти родные и близкие, ученики помогли выпустить две новые книги «Остаться человеком, или Достоинство жизни» и «Книга духовного роста, или Высвобождение души», в которые вошли ранее не публиковавшиеся материалы. Сегодня издательство планирует выпустить ГЛАВНЫЕ КНИГИ Л. Виилмы.

Каждый сборник серии «Главная книга» станет поистине уникальным. В книги, которые составлены по материалам всех ранее вышедших книг, архивных записей и личных дневников Лууле, вошли самые важные идеи и положения учения по конкретным и актуальным вопросам для каждого человека, без преувеличения жизненно важным для любого человека независимо от его статуса, возраста и положения. Одна из вышедших книга Л. Виилмы посвящена **главному вопросу о здоровье**. Впервые в одну книгу собраны идеи и положения великого учителя, которые помогли вам узнать, что такое здоровье, и **на практике** использовать эти знания.

Книги серии «*Исцеление души и тела*» основаны на материалах «Главной книги о здоровье», но посвящены отдельным – самым важным и распространенным – группам заболеваний. В каждую книгу включен общий вводный раздел, который касается основных положений теории. Кроме «**Болезней позвоночника и суставов**», в этой серии выйдут книги, посвященные

болезням нервной системы,
болезням пищеварения,
кожным заболеваниям и аллергии,
женским болезням.

Учение Л. Виилмы помогло многим и многим людям, поможет и вам!

Книги Л. Виилмы – книги о прощении и любви. Современному человеку с его практическим складом ума очень трудно себе представить, что прощением можно достичь чего-либо, кроме некоего удовлетворения от благородного жеста. Сама Л. Виилма говорит так: «**Единственная освобождающая сила во Вселенной – прощение, которому пришел научить нас Христос**. Это не мое учение, Я всего лишь посредник».

Нельзя лечить людей, не изменяя их мира мыслей и представлений. Но и при этом можно только давать наставления, делать же придется самому. Кто привык жить на всем готовом, тот так и останется ждать исцеления.

Если человек считает, что у него слишком мало времени, чтобы тратить его на размышления, **он будет болеть до тех пор, пока не поймет, что важнее – правильная и логичная мысль**, за которой последует разумная, берегающая силы деятельность, или бессмысленное барахтанье, за которым последует сознание, что жизненные цели не достигнуты, да и здоровье подорвано настолько, что заново уже ничего не начать.

Человеческая жизнь – это учение. Учителем служит плохое. Кто урока не усвоит, тот заболит.

Болезнь – это время, которое дается для того, чтобы сделать выводы. Чем быстрее человек осознает свои ошибки, тем быстрее он поправится. **Чтобы понять, нужно думать.** Чтобы думать, необходимы покой и возможность побыть с собой наедине.

Первейшая потребность нынешней жизни – изменить саму жизнь. Больной человек – тот, кто неправильно думал, неправильно жил. Если он научится мыслить правильно, то выздоровеет.

Если Вы желаете возразить – мол, ваша жизнь и здоровье до сих пор были в порядке, то знайте, что этот дар природы – здоровье – который называют счастьем и который до недавних пор давал вам возможность бесцельно тратить этот дар, попросту истрачен. Жить дальше нужно бережливо, а еще правильнее было бы прежде всего исправить свои ошибки.

Я учу делать это с помощью прощения, потому что прощение – величайшая освобождающая сила. ***Прощение является также самым простым способом избавиться от плохого.***

Болезнь можно лечить, только устраняя причину, а причина таится глубоко в Вас самих. Каждый человек подспудно знает причину, но большинство людей не осознают ее.

Лучший лекарь для человека – он сам, поскольку постоянно находится под рукой. ***Задача врача – учить, направлять, помогать и указывать на ошибки.*** Если человек не поможет себе сам, то и Бог ему не поможет.

Те, кому не нравится, когда им указывают на ошибки и учат, как их исправить, обрекают себя на страдания. Дух человека знает свои обязанности. В их число входит и обязанность быть здоровым. То, что мы в своей материальной негативности продолжаем катиться вниз под гору, означает, что мы делаем плохо для всех. Человек не один. Больной человек излучает вокруг себя негативность, причиняя тем самым зло другим.

Следовательно, болезни моей семьи отчасти вызваны мною. Космический закон гласит: **все, что я делаю, возвращается ко мне вдвойне**. Так же как незнание закона не освобождает от наказания, так и я принимаю на себя двойное наказание за собственную негативность. Человек сам берет на себя болезнь. Это следствие. Причиной явилась негативная мысль.

Кто еще не нашел своего пути, ищите и решайте.

Может быть, найдете с помощью этой книги.

**Для тех, кто хочет сохранить физическое
и душевное здоровье**

Почему мы болеем

Формула прощения

Всеединство = Бог = Энергия.

Значит, энергия приходит к нам из Всеединства от Бога. Ее дают нам по праву рождения. Самая высокая восприимчивость у нас во сне, потому что тогда наша душа чиста. От нас самих зависит, как мы распорядимся этой энергией – приумножим ее или уничтожим.

Подумайте о своей жизни. Сколько в ней событий, вспоминая которые теплеет на душе, и сколько таких, от которых на душе становится тяжело. И теперь представьте себе, что с каждым событием Вы связаны посредством невидимой нити, или же энергетической связи. Сколько белых – позитивных и сколько черных – негативных!

Одни события придают силу, а другие отнимают ее. Их называют напряжением от житейских событий, или *стрессами*. Общеизвестно, что есть болезни, вызванные стрессами, но можете ли Вы поверить, что **все** болезни обусловлены стрессами?

Простой пример: кто-то когда-то еще в детстве сказал Вам одно плохое слово. Теперь, всякий раз, когда

либо Вам так говорят,

или Вы сами говорите,

или при Вас говорят кому-то,

или даже Вы слышите с экрана, как кто-то его произносит или говорит кому-то,

то это слово воспринимается словно Ваша личная проблема, так как в ход снова пускается та самая негативная связь. Или более наглядно – каждый раз в чашу Вашего терпения падает по капле до тех пор, пока чаша не переполнится.

Чем отрицательнее чувство, тем крупнее капля. А пролившаяся через край лужица и есть болезнь. Чем лужа больше, тем серьезнее болезнь.

При таком толковании должно быть ясно, почему от одного слова может случиться инфаркт. Инфаркт или любая другая болезнь есть пересечение критической черты, это последняя капля, переполняющая чашу. Здесь мы сталкиваемся с материализацией энергии. Из подобной ситуации обычно делают вывод – из-за кого-то у имярек случился инфаркт. За этим следует осуждение окружающими «виновника», другими словами, к негативности (инфаркт) добавляется еще масса негативности (ненависть, жажда мести). Может ли в этом случае больной оправиться от инфаркта? Не может!

Поясним ситуацию с простым примером.

Стоят четверо, ждут кого-то. Вдруг один из них говорит: «Глупый». Трое это слышат. Первый начинает глотать слезы, думая, что сказанное относится к нему. Второй рассуждает: «Почему он так сказал? Что я ему сделал? А что если...» и т. д. И, наверное, напряжение возрастает. Третий начинает смеяться – его это не касается. В действительности это слово вырвалось у человека непроизвольно, так как он вспомнил о чем-то своем.

Что произошло? Двое людей сами без причины создали негативную связь, и заработала цепочка стресса. Кто был хорошим и кто плохим? Хорошим был третий, поскольку не создал себе стресса.

Есть ли вообще абсолютно хорошее или абсолютно плохое? Нет. Все относительно. Что хорошо для одного, плохо для другого. Зависит от того, как я оцениваю ситуацию. Не ищите виновных, а знайте – **все начинается с Вас самих.**

Если мне плохо, то я сам выбрал это плохое в себе.

Подобное притягивает к себе подобное – это космический закон. Если во мне гнездится страх заболеть, то я заболею. Если я опасюсь вора, то он нагрянет. Если я боюсь быть обманутым, то притягиваю к себе обманщиков. Если во мне есть злоба, зависть, чувство вины, разочарование, жалость, то я притягиваю к себе злобу, зависть, чувство вины, разочарование, жалость.

Следовательно: если человек болен, то он уже вобрал в себя плохое и тем самым причинил зло своему телу.

Плохая мысль, притаившаяся во мне, всегда делает зло, а оправдания моему телу не нужны.

Существует единственная возможность освободиться от этого плохого. КАКИМ ОБРАЗОМ?

С ПОМОЩЬЮ ПРОЩЕНИЯ!

Прощение – единственная освобождающая сила во Вселенной. Прощение истинной причины освобождает человека от болезней, жизненных трудностей и прочего плохого.

Как прощать? Это труднее, чем Вы предполагали? Ничего, научимся!

1. Если кто-то сделал мне плохо, то я прощаю его за то, что он это сделал, и прощаю себя за то, что я вобрал в себя это плохое.

2. Если я сам сделал кому-либо плохо, то прошу у него прощения за то, что я сделал, и прощаю себя за то, что это сделал.

3. Поскольку я причинил своему телу страдания, делая плохо другому либо позволяя кому-то делать плохо по отношению к себе, то в любом случае я всегда прошу прощения у своего тела за то, что тем самым причинил ему (телу) вред.

Все это можно приговаривать либо произносить мысленно. Главное, чтобы шло от души. Таково самое простое прощение.

Такое прощение люди обычно понимают без труда, хотя испрашивать прощение у себя для некоторых является непреодолимой проблемой. Просить же прощения у конкретной части тела, скажем руки, кажется и вовсе чудачеством. «*Это мое личное дело, сделал я себе плохо или нет*», – возражают иные, хотя носят в **своем** теле очаг болезни.

Если для Вас кажется приемлемым только прощение другого и просьба о прощении у другого, то задайтесь вопросом: «*Кто я и кто он?*»

Я принадлежу себе равно в такой же степени, как принадлежу Божественному Всеединству. Как и любой другой. Тем самым мое тело является одновременно и мною, и им. Я не имею права его разрушить. Хотя мое тело – мое, но я не его собственник.

Постарайтесь освободить свой дух от материалистического мышления. Для этого попросите прощения у своего мышления за то, что оно коллекционирует догмы. Иной раз бывает очень трудно простить другому, порой даже невозможно, поскольку тот причинил много боли.

Хотя учение Христа о спасении и не ново, но зато ново его глубинное осмысление и потому требует дополнительного прояснения.

К учению о прощении следует подходить в свете следующих принципов:

Все, что делает мне плохо, связано со мной при помощи невидимой энергетической связи. Если я хочу освободиться от плохого, то я сам должен освободить оба конца связи. Это делается прощением.

Человек притягивает к себе то, что в нем уже есть.

Если есть хорошее, должен явиться некто, чтобы делать хорошее. Если есть плохое, должен явиться некто делать плохое.

Тот, кто явится, преподнесет мне жизненный урок. Он словно исполнитель работы по заказу. Я хочу, и он придет.

Вся негативность, которая есть в человеке и которую он сумел освободить по-умному – с помощью прощения, является неусвоенным жизненным уроком. Следовательно, его придется усвоить через страдания. Для этого должен явиться некто и причинить страдания.

Прощению сопутствует осознание. Осознание есть мудрость.

Человек остается глупым до тех пор, пока видит причину плохого в другом человеке.

В кратком схематическом виде формула прощения такова:

Я прощаю плохой мысли за то, что она в меня вошла. Я прошу у нее прощения за то,

что не поняла, что она пришла меня научить и не догадалась освободить ее,

а поместила в темницу (в плен) и возвращала долгое время.

Я прощаю тебе то, что ты мне сделал это плохое.

Я прощаю себе, что я вобрал в себя это плохое.

Я прошу прощения у своего тела (органа), что я этим сделал ему плохо.

Я люблю свое тело (орган).

Освободить, то есть простить, нужно оба конца связи.

Каждый человек должен отдавать себе отчет в своем поступке. ***Все, что я делаю другому, я получаю обратно вдвойне: делаю хорошее – получаю обратно вдвойне, делаю плохое – получаю обратно вдвойне.*** То, что человек, сделав плохое, падая, ломает кость, означает маленькое наказание за маленькое преступление. Ему еще повезло, что наказание последовало сразу. За большой грех расплата приходит позже, порой даже в будущей жизни. Кто жалуется на свою трудную судьбу, пусть подумает, что это есть искупление за грехи предыдущей жизни. Если человек по недомыслию совершает плохой поступок, придет наказание, а если делает это осознанно и преднамеренно, то последует большая кара. Особенно распространены в нынешнее время ругань, проклятия, злорадство, преступления. Наказание ждет своего часа.

Повторяю еще раз – за причиной само собой неизбежно следствие. **Не гневайтесь на творящих зло, гневом Вы делаете себе плохо. Рано или поздно они сами понесут наказание.**

Если попросить прощения за грехи своей предыдущей жизни и простить себя за то, что до сих пор этого не сделал, то можно освободиться от греха предыдущей жизни. Проблема лишь в том, чтобы найти ясновидящего, который посмотрел бы на предыдущую жизнь.

Идеально такое положение, когда человек думает вперед, а не назад. Нужно не совершать плохих поступков либо сразу же попросить прощения, если невольно что-то совершил или

даже только подумал. Нельзя жить в надежде исправить ошибки своей предыдущей жизни позже с чьей-то помощью. Не откладывай на завтра то, что можно сделать сегодня.

Здоровье и болезни

Вы больной, а я врач. Поговорим мы сейчас о здоровье, о сохранении здоровья, об излечении болезней.

Знаете ли Вы, что такое здоровье? Мне кажется, не знаете. Почему я так говорю? Если бы знали, не болели бы.

Я тоже болела, много и тяжело. Не раз была на грани смерти и знаю, что говорю.

Врач не может дать здоровье, никто другой не может его дать. Вам могут на короткое время облегчить страдания, однако здоровье придет тогда, когда Вы поймете причину своей болезни. **Устраните причину, начните жить правильно, и Вы выздоровеете.** Исправить же ошибки никогда не поздно.

Вот так все просто и сложно. Но этому нужно научиться.

Прежде всего мы должны говорить так, чтобы понимать друг друга. Однако Вашего согласного кивка головой недостаточно. Поэтому познакомимся с необходимыми для этой цели основными понятиями духовных наук и Божественными законами природы.

Вам кажется, что это требует слишком большого напряжения? Надеялись, что хворь снимут рукой? Размахивание руками кажется Вам убедительным, а сила слова неубедительной? Но тому, что это одно и то же, не верите!

Извините, но Вы пришли не по адресу – Вам нужно обратиться в поликлинику. Ах, Вы оттуда! Никто не хочет Вам помочь?

Что правда, то правда – даже Бог не поможет, если человек сам себе не хочет помочь.

Болезнь, физическое страдание человека есть состояние, при котором негативность энергии превысила критическую черту, и организм, как целое, вышел из равновесия. Тело информирует нас об этом, чтобы мы могли исправить ошибку. Оно давно информировало нас всевозможными неприятными ощущениями, но поскольку мы не обращали внимания и не реагировали, то тело заболело. Душевная боль, из которой выводов не сделано, перерастает в физическую. Тем самым тело привлекает внимание к ситуации, которая нуждается в исправлении. Подавление болевого сигнала с помощью обезболивающего означает усугубление патологии. Теперь болезнь должна усилиться, чтобы человек осознал новый сигнал тревоги.

Первопричиной каждой болезни является стресс, степень которого определяет характер болезни.

Например, когда человек устал, ему нужно поспать. Во сне черпается больше всего энергии. Если сон длится ненормально долго, значит, имеется некая большая утечка энергии. Если физически не напрягаться, то стрессы накапливаются. Чрезмерное скопление стрессов вызывает бессонницу, а это значит, у нас нет больше физической усталости – тогда сон не поможет, нет смысла принимать снотворное. Выпустите свои стрессы на волю, и Ваша болезнь пройдет. Ваше тело не нуждается в поисках виноватых, и объяснение тем самым ситуации – **самообман.**

У каждого тела свои требования. Из каждого тела нельзя сделать рысака, как из любой лошади не сделать тяжеловоза.

Каждое тело должно выполнять свою задачу. Нужно спокойно осознать для себя свои возможности. И с этими возможностями можно прожить всю жизнь в здоровье и покое, творя добро. Если Вы сейчас возразите, что сами прожили бы, довольствуясь малым, но семья требует большего, то – будем честными – Ваши слова расходятся с делами. Семью Вы получили в соответствии со своими представлениями – подобную себе.

Болезнь – это следствие неправильного поступка, при котором чаша весов между хорошим и плохим склонилась в пользу плохого.

Представьте себе, что у Вас есть возлюбленный, самый дорогой в мире. И он Вас тоже любит. Этот самый любимый, самый дорогой – Ваше собственное тело.

Подумайте и постарайтесь вспомнить, как часто в жизни Вы делали ему больно или позволяли это делать другим. Как часто подвергали его бессмысленным испытаниям, приносили в жертву, стиснув зубы от злости, разыгрывали из себя мученика. И сколько раз упустили возможность сделать для него хорошее. Вы относились к нему хуже, чем к машине, как к собственности, на которую не имеете права.

В состоянии ли оно любить Вас и дальше? Не в состоянии. Оно изношено.

Оно согнулось до земли под этим грузом тяжести. И все же если оно еще живо, то готово немедленно сбросить с себя этот груз, если ему в этом помочь. Постарайтесь искренне доказать ему, что не желаете более намеренно испытывать его на выносливость, а все, что было раньше, шло *от* глупости и незнания и больше не повторится!

Разговаривайте со своим телом! Оно все поймет, потому что любит Вас. Тело – самый верный возлюбленный.

Но часто ли мы ценим верность. Истинную любовь мы начинаем ценить, лишь когда отведаем горьких плодов неверности. Так мы учимся.

Если Вы теперь искренне попросите прощения у своего тела за то, что:

причинили ему много плохого (конкретно), упустили возможность сделать хорошее,

оставляли без внимания его сигналы,

не умели думать о нем правильно, то оно простит Вас.

Простите себя за то, что Вы раньше всего этого не знали и не делали. Любите свое тело и себя самого.

Если ощутите, что по телу пробегает дрожь, Вами овладевает чувство чистой любви и Вы хотите обхватить свое тело руками и обнять его, то это знак того, что тело поняло.

Лишь тогда, когда Вы привыкнете постоянно общаться так со своим телом, болезнь может исчезнуть навсегда.

Но если Вы недовольно ворчите: *«Кто же сделает за меня работу, если я все время должен думать?»* —

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.