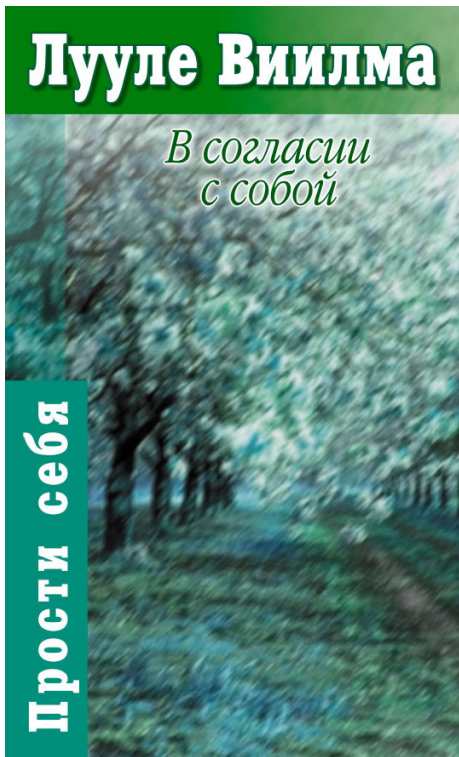


Лууле Виилма

*В согласии
с собой*

Прости себя



Лууле Виилма
В согласии с собой. Книга гордости и стыда
Серия «Прости себя»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=4241305
Лууле Виилма. В согласии с собой. Книга гордости и стыда: АПЛИС; Рига; 2003
ISBN 9984-10-140-1

Аннотация

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 пятой книги.

Содержание

Мысль как крыша над головой	5
Стать человеком или быть им?	7
Миг, когда переполняется чаша	21
Душа и дыхание	34
Конец ознакомительного фрагмента.	47

Лууле Виилма

В согласии с собой.

Книга гордости и стыда

Человек – зеркало своего характера

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

Личностью не является тот, кто желает быть личностью.

Личностью является тот, кто испытывает потребность быть самим собой.

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

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

Лишь тогда, когда человек начинает познавать свои заблуждения, происходит очищение его сущности. Начинается совершенствование личности – развитие.

И тогда человек понимает, что он – человек.

Просто человек.

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

Из всего этого: 9/10 необходимо лишь прочувствовать и осознать, а 1/10 необходимо к тому же пережить.

Из этой 1/10 : 9/10 необходимо усвоить через опыт и лишь 1/10 – через страдания.

Это лишь малая толика от целого числа.

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

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

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

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

Мысль как крыша над головой

Время идет своим чередом. Жизнь не стоит на месте, и человеку нужно шагать в ногу с ней. Кто не осознает этого как личной потребности, тот идет, словно на каторгу. Чем больше становится дистанция между идущим впереди и отстающим, тем сильнее возрастает напряжение. Поскольку все, что есть в мире, есть и в человеке, то напряжение испытывают все. Впереди идущие «напрягают» отстающих, а отстающие «напрягают» впереди идущих.

Время идет своим чередом, и более низкий, примитивный, простой уровень развития неизбежно сменяется более высоким, продвинутым, сложным. Кто цепляется за старое как за надежную опору, тот отстает от времени. Формально он живет в будущем, а по сути – в прошлом, истребляя тем самым содержание, то есть самого себя как человека. Когда же настанет час, вынуждающий человека отречься от прошлого, он впадает в отчаяние. Человек в состоянии отчаяния – животное. Он лишь совершает действия, но ничего не создает.

Преобразование животного в человека происходило медленно и трудно. Эволюция человека в самого себя происходит еще медленнее и труднее. Испытывающий страхи человек цепляется за свои убеждения, отождествляет себя с телом, отчаянно стараясь доказать свою позитивность, и не осознает в себе созидательное, творческое начало. При такой жизненной позиции, когда во главу угла ставится внешняя форма, развитие содержания отодвигается на задний план.

В мире духовном и в мире материальном строительный материал один и тот же – энергия. При концентрации, т. е. уплотнении духовной энергии, на определенном этапе образуется материальное тело. В свою очередь, при уплотнении этого тела возникает еще более плотная энергия – патология данного тела. Уплотнение же патологической, т. е. чрезмерной, плотности приводит к краху сущего, бах! – и сверхплотное тело разлетается, превращаясь по форме в ничто. Незримое, которое в промежутке стало зримым, вновь превратилось в незримое. Зримое тело прекратило существование, но образовавшая его духовная энергия пребудет вечно.

Так возникает и земная жизнь, и болезни. И таким же образом им может прийти конец. Если бы человек умел сознательно разрезать уплотненную до стадии болезни энергию, то сей мир он покидал бы не потому, что не в силах больше страдать, а потому, что подошел срок. В этой книге я снова поведу речь о том, как себе помочь, с учетом проблем, с которыми на практике сталкиваются люди, следующие данной теории.

Главная ошибка заключается в том, что материальная жизнь не воспринимается как часть жизни духовной. При возникновении болезни (а болезнь – явление ощутимое, материальное) от нее желают **избавиться**, а не **высвободить** ее. Ведь болезнь материальна, а значит, применительно к ней должны действовать законы материальной жизни. Попросту говоря, право сильного. Тело ведь большое, хорошее, а болезнь – маленькая и плохая, следовательно, тело, стремясь к хорошему, должно болезнь одолеть. На самом деле происходит наоборот. Победителем в любом случае оказывается болезнь, даже когда ее устраняют из тела хирургическим путем.

Многие из тех, кто стал заниматься прощением, почувствовали целительные свойства прощения и посчитали, что нашли средство, позволяющее избавиться от всех проблем. В итоге первый лечебный эффект оказался и последним. Если болезнь и отступала, на смену ей приходила другая, более серьезная. Почему? Потому что **человек превратил прощение в средство достижения своей цели**. Это неправильно.

Почему?

Потому что желания, если ими руководствоваться, позволяют жить хорошо *только* в материальном мире. Причем лишь до тех пор, пока хорошее не станет чрезмерным и не обернется плохим. Руководствуясь же потребностями, человек живет нормальной жизнью как в духовном, так и в материальном мире. Чередование простого малого хорошего и плохого – это норма, позволяющая человеку в своей жизни и развитии достичь более высокой и сложной ступени развития со свойственной ей нормой. Достигается это работой над собой, когда она становится образом жизни.

Прощать – значит отдавать самое ценное из того, что человек вообще может отдать. Отдавая духовное во имя приобретения материального, мы низводим духовность до материальности, где главенствуют земные корыстолюбивые цели. Что происходит, когда мы хотим достичь цели? Она всегда ускользает, даже если речь идет о неподвижном предмете.

Представьте себе некую цель. Это то хорошее, которое Вы желаете заполучить. *Невидимой рукой желания* Вы хватаете цель за горло, чтобы она стала Вашей. Что бы сделали Вы сами, если бы кто-то схватил за горло Вас? Бросились бы бежать, не правда ли? Точно так же ведет себя и цель. Вы мчитесь за ней следом и от страха ее потерять еще сильнее в нее вцепляетесь. Цель ускоряет бег. Усиливается и Ваша хватка, и в какой-то момент цель оказывается попросту задушенной.

Теперь она Вам не нужна, ибо это не то, чего Вы желали. Чувство вины подсказывает, мол, исправь свою ошибку, Вы же принимаетесь себя оправдывать, обвиняя во всем цель. Если бы она не убегала, уцелела бы. Принимаетесь доказывать свою невиновность, ведь Вы ее и пальцем не тронули – и по-своему оказываетесь правы. Все как будто в порядке, но чувство вины не убывает. Возможно, ближние Вас и не укоряют, но Вам кажется обратное. Вашу душу начинает терзать недовольство всеми и всем.

Всякое возникающее желание следует научиться встречать вопросом: *«А нужно ли мне это?»* И Вы сами почувствуете, нужно или нет. Если *не нужно*, то со спокойной душой займитесь чем-нибудь иным и не тратьте попусту время, жизненные силы и деньги. Если же почувствуете, то *нужно*, то Вам станет ясно – **то, в чем есть потребность, не может не прийти.** Оно приходит само. Человек занимается своими повседневными делами, дверца его души открыта, и то, в чем он ощущает потребность, приходит тогда, когда человек готов это принять. Зрелый человек принимает то, что преподносит ему жизнь, не оценивая дареное ни положительно, ни отрицательно. В этом была потребность, и спасибо, что так получилось.

Другой человек, может, и назовет полученное хорошим или плохим, но только не зрелый человек.

Завершая введение к настоящей книге, подчеркну следующее:

Кто научится познавать себя, познает человека.

Кто познает человека, тот познает человечество и для того жизнь не являет собой проблему, ибо человек – средоточие всего сущего.

Стать человеком или быть им?

Человек является на свет, чтобы **развиваться** как человек,
а его начинают **воспитывать**, чтобы сделать из него человека.

Человек является на свет, чтобы **развиваться** как личность,
а его начинают **воспитывать**, чтобы сделать из него личность.

Ум не в состоянии понять, что,
воспитывая человека, мы истребляем в нем человека, а воспитывая
личность, истребляем эту личность.

Есть множество добрых советов, как воспитывать человека и личность, и есть множество людей, перстом указующих на тех, кто это делает не так. Больше всех стараются те, у кого с собственными детьми не все в порядке. *Подлинной ценностью жизни человека является житейская мудрость, основывающаяся на личном опыте, но навязывание этой ценности другим истребляет саму ценность.* Ценность превращается в умственную назидательность, непогрешимую в своей правоте и требующую от ближних беспрекословного подчинения. Подобные поучения имеют свои плюсы и минусы. Хорошо, если поучающий осознает ошибки собственных родителей, допущенные в процессе его собственного воспитания, и постарается не повторять их при воспитании своих детей. Плохо, если он не сделал для себя никаких выводов, возомнил себя чуть ли не героем, человеком особой закалки, приобретенной в ходе воспитательной муштры, и теперь собственных детей намерен воспитывать под стать себе, стойкими и работящими, *чего бы это ни стоило.*

При подобном воспитании каждому последующему поколению все труднее оставаться самим собой. Желая сохранить свою самобытность, дети придумывают все новые и новые способы противодействия воспитанию, которое вытравляет из них человека. *Потому-то их родителям воспитание детей дается все труднее и труднее.* Виноваты дети. Они «виноваты» в том, что не позволяют истреблять в себе человека. Виноваты и тогда, когда позволяют это делать, ибо желают быть хорошими детьми в глазах собственных родителей. Так взрослые, не подозревая о последствиях, перекладывают всю вину на души детей и не понимают, откуда берутся *дети с глубокими либо психическими заболеваниями.*

Когда в моем присутствии человек, занимающийся детьми, – будь то учитель, опекун, организатор либо руководитель – принимается доказывать свою профпригодность, мотивируя это тем, что у него самого есть дети, меня так и подмывает спросить: *«А не мало ли этого?»* Многие бездетные люди, которые не обзавелись детьми от страха, как бы с детьми не произошло то, что произошло с ними самими, относились бы к детям, окажись они на этой должности, с гораздо большим пониманием, потому что они сумели вновь обрести в себе человека.

Воспитание личности современного ребенка можно сравнить с разведением цветов в современной оранжерее, где все необходимые для роста условия научно обоснованы таким образом, чтобы получить наилучший результат, и он так и достигается, если не обращать внимания на растения, которые выбраковываются. Глаза и сердце радуются красоте лучших в мире цветов, и все как будто хорошо, но в один прекрасный момент в ход идет острое лезвие, и все **лучшие из лучших пускаются на продажу.** Радости выше крыши, а счастья нет. И все только потому, что *родителям от большого ума не приходит в голову спросить у ребенка, созвучны ли детские чувства взрослому знанию. Нужно ли ребенку то, чего желает взрослый?*

Мало-помалу детское чувство формируется во взрослое знание, что в мире все продается, и тогда ребенок продает себя уже сам, считая такую жизнь единственно правильной. Вероятнее всего, он никогда не осознает, что укоренившиеся убеждения – это стрессы, которые подводят его тело к **болоту судьбы – к стыду**, человеку отнюдь не по душе, хотя он сам вобрал в себя стрессы.

Как можно стать счастливым? Поскольку счастье не в обретении, а в отдавании, то для того, чтобы быть в состоянии отдавать, нужно найти **свое место в жизни**. То место, которое мы сами утратили и которое ищем всю жизнь. *Найти свое место и оставаться на нем нетрудно лишь тому, кто верит в себя и строит свою сознательную жизнь, идя по пути, указанному чувствами.*

Тут кое-кто из читателей может мне возразить, мол, в таком случае мужчины вообще не могут жить, поскольку их считают бесчувственными.

На самом деле все наоборот. **Обычно женщины эмоциональны, а мужчины чувствительны**, поэтому мужской орган чувств – сердце – особенно чувствителен, а точнее говоря, хрупок. **Чем лучше желает быть мужчина, тем более хрупкая у него душа**. Независимо от пола человека, источником его проблем является эмоциональность, которая, если Вы ее высвободите, выведет Вас на истинно необходимый путь, поможет Вам сделать безошибочный выбор и оградит от искушений.

Можно сказать: *«Я думаю, что так будет правильно»*. Можно сказать: *«Я чувствую, что так будет правильно»*. Сопоставьте эти два высказывания, и Вы ощутите, что даже в самом академическом обществе дорога чувств – это то, что Вам нужно, а дорога разума – то, чего Вы желаете. **Чувства не исключают ума, но ум исключает чувства** – превращает чувства в эмоции, которые затем начинает подавлять, истреблять. **Соединение чувств и ума есть искусство, на созидание которого требуется время**. Если мы говорим, что это *отнимает время*, это значит, что мы не умеем принять от жизни время, которое жизнь всегда предоставляет нам в нужный момент, в нужном месте и в достаточном количестве.

Лишь Человек – духовное творение – знает и чувствует свое место в духовном мире, а так как земной мир – лишь маленькая частица духовного, то он знает и ощущает свое место также и на земле. Местом, которое человеческий дух выбирает для своего воплощения в тело, служит **чрево матери**. Это – единственный свободный выбор, который он совершает в свободном духовном мире. Кое-кто не согласен с тем, что я называю этот выбор свободным, и они говорят: *«Вы сами утверждаете, что дух возрождается потому, что знает, что должен искупить свой кармический долг»*. На это я отвечаю: *«Не должен, а нуждается в этом. Дух ничего не делает по чьему-либо приказу, даже по собственному, даже из чувства долга. Он делает то, что нужно делать, без чего он не смог бы двигаться дальше. Дух, который не развивается, погибает»*.

Следующим местом, в котором нуждается ребенок, является домашний очаг и место в этом доме. Если бы родители знали, кто именно *благословил* их своим появлением, они не лишали бы ребенка его дома и места в нем. Но как могут родители знать что-либо о потребностях своего неродившегося ребенка, если они и о себе-то ничего не знают? Так что простите им их ошибку.

Но знания знаниями, а одно родители чувствуют наверняка – **мой ребенок особенный**. Это относится к каждому ребенку. Если бы они доверились своему чувству и не мерили всех детей на один аршин, то однажды поняли бы, что их ребенок действительно особенный. Что это значит? А то, что **у каждого человека, рождающегося на свет, есть одна исключи-**

тельная особенность: нечто такое, что он умеет делать лучше всех, но из-за этого он не считает себя лучше других. Если бы его развитию не мешали, то эта особенность со временем и проявилась бы. Ведь по пробившемуся из земли ростку тоже не сразу определишь, что из него вырастет, но если *дать время*, выяснится, что растение-то особенное. Другого такого не было и не будет.

Человек является на свет, чтобы развивать свое **особенное умение, оно же талант или дар**, и он чувствует, что все дела, выпадающие ему на жизненном пути, составляют своего рода основание пирамиды, и если его укрепить и упрочить, то и вершина пирамиды будет выше. Когда же человека воспитывают, чтобы из него получилось нечто особенное и неповторимое, то его уникальность прячется, чтобы не дать себя уничтожить. Вместо того, чтобы расти и развиваться сознательно, т. е. по-человечески, человек растет и развивается подсознательно, находясь во власти сомнений и колебаний, вбирая в себя стрессы, покуда не оказывается погребенным под грузом, лелея в душе несбывшуюся мечту стать особенным.

Чтобы развиваться, оставаясь при этом человеком, необходимо иметь свое место в жизни.

Кто желает это место обрести, того ставят на место.

Это значит – он **испытывает стыд**.

Чаще всего ставят ребенка на место *хорошие* родители. Они за него думают, решают и все делают, будучи чрезвычайно довольными, что теперь у ребенка есть *надежное место*. Ребенок, не ставший еще совсем бесхарактерным, делает по-своему, и у него, возможно, все ладится, но, несмотря на это, он не смеет глядеть в глаза родителям. Он вынужден стыдиться, ибо не делает того, чего желают они. Особенно развито «эго» у современных умных и работающих родителей. Они желают поставить ребенка на место, но выясняется, что ребенок поставил на место их самих, а это трудно простить.

С чрева матери, этого первого поистине необходимого места, начинается для человека дорога его судьбы в этой жизни, где **телесные возможности ограничены, зато не ограничены возможности духовные**. Зная обо всем этом, человек является на свет, чтобы *учить* своих родителей духовно и чтобы *получать* от них *земные уроки*. Каждое духовное творение приходит, чтобы прожить эту жизнь идеальным образом, усвоить **по возможности** полно ее уроки, зная, что окончательно идеальным он станет еще не скоро. Чтобы жизнь была более совершенной, необходимы две составляющие: человек как духовное существо и его тело, которое состоит из родителей. Обе составляющие соответствуют друг другу. *Когда эти две составляющие готовы к обоюдному взаимообогащению, происходит реализация идеи самосовершенствования.*

Духовное творение знает: поскольку моя жизнь начинается с меня, то мою веру, надежду и любовь мне нужно отдавать даже в том случае, если ближние пока еще не научились все это принимать. Для этого я и являюсь на свет, чтобы научить родителей принимать то, что дарует им жизнь. Эта истина прочувствована теми родителями, которые говорят: **счастлив человек, у которого есть дети**. Ведь родители чувствуют, что развиваются вместе с детьми с поразительной легкостью.

Родители, неспособные принять то, что дают им дети, рожающие детей, дабы исполнить свой долг, чтобы что-то получить или достичь посредством детей, утверждают обратное, ибо поскольку они не нашли своего места в жизни, то так же не способны предоставить ребенку его место. В своем слепом желании быть хорошими они, напротив, отнимают у ребенка его место. **Знайτε, что ошибка эта исправима.**

Родители, которые хотят ребенка, готовятся к его появлению совсем иначе, нежели **родители, которые в ребенке нуждаются.** Бывают дети и нежеланные либо неожиданные, которые воспринимаются как неизбежность и которым велено не высовываться из своего закутка. Поэтому они в известном смысле находятся в более выигрышном положении, чем дети, которых очень хотели. Есть большое различие – отводят ли мне место с любовью, как долгожданному человеку, либо сажают в корзину, подобно породистому щенку, и наставляют: *«Вот твое место. Запомни, ни у кого нет лучшего места».* Либо же сурово указывают на место, мол, раз пришел – оставайся. Либо рывкают: *«Место!»* – и тебе приходится мчаться во весь опор, задыхаясь, туда, куда указано. Не обижайтесь, что я сравниваю детей и животных. Постарайтесь понять, почему я это делаю.

Человеческая душа состоит из энергий животных. Зеркалом души является тело. Жизнь представляет собой повышение уровня развития души и тела. Если это удастся, то повышается духовный уровень человека.

Духовный уровень нельзя повысить, духовный уровень повышается сам.

Он поднимается тем выше, чем дольше человек способен жить, оставаясь человеком.

Земная продолжительность и духовная высота равноценны.

Как и животное, человеческое дитя нуждается в собственном месте в собственном доме, где можно побыть наедине с собой, ощущая себя в безопасности, и расти человеком. Если ребенок, находясь в материнском чреве, видит, как готовят к его появлению колыбельку, как ласковые руки матери ежедневно, будто случайно, что-то там поправляют, то он сам активно помогает собственному рождению. ***Он видит, желают ли его или в нем нуждаются. Он чувствует, что мать, которая ждет ребенка с любовью, способна так ждать ребенка лишь в том случае, если она любит мужчину, который этого ребенка зачал.*** Когда ребенок видит, как отец ласкает взором кроватку, ожидающую ребенка, либо выражает свою любовь тем, что проверяет рукой кроватку на прочность, то ребенок чувствует, что на отца также можно положиться. Этот отец ждет ребенка, ибо в нем нуждается. ***Этот ребенок – он сам – мужчина – в лоне любимой женщины. Его невозможно не любить.***

Вместе с тем кто не умеет любить себя, тот не умеет любить и своего ребенка. К партнеру, как и к ребенку, он относится как к собственности. Подлинную любовь ему еще предстоит усвоить.

Не бывает человека, напроць лишенного истинной любви. До 51% энергий в человеке суть уравновешенность, она же любовь. Другое дело, сколько из этого таится под гнетом неуравновешенности, т. е. собственности. Если ребенок, невзирая ни на что, способен принять любовь родителей, то при рождении он не причиняет боли ни матери, ни себе. Насколько ребенок это сумеет, зависит от родителей. Это могут подтвердить родители, ожидающие ребенка, которые поработали над собой. Чем меньше стрессы родителей, тем больше родители открыты для себя, друг для друга и для ребенка. Ребенком управляют уже не родительские стрессы, а чистые чувства, которые подсказывают, что является наиболее целесообразным в конкретной ситуации.

Неважно, какая у ребенка колыбель – роскошная или простенькая, дорогая или дешевая. Она может быть чужой – главное, чтобы досталась от здоровых детей; может быть переделана из кровати для взрослых – важно, чтобы прежние хозяева были здоровыми. В конце концов это может быть просто коврик в чистом углу. Главное – в собственном углу. Когда ребенка приносят домой из роддома, ***нужно сразу положить его исключительно на его собственное место.*** А если Вы еще догадаетесь сказать ему: *«Дорогое дитя! Вот твое*

место. Прими его», считайте, что он его сразу же принял. И тогда у Вашего ребенка, в первую очередь, будет хороший сон.

Есть ли у Вас свое место в жизни, в семье, в школе, в рабочем коллективе, в обществе, среди людей? А сон у Вас какой – хороший? Если нет, то простите родителей за их ошибку и высвободите свою проблему так, чтобы Вы перестали винить своих родителей в том, что они не дают Вам жить.

Что делают хорошие родители, когда приносят домой новорожденного? Куда прежде всего кладут младенца, если родительская кровать и детская колыбель стоят рядом? На постель родителей, не так ли? Там же так просторно, и с новорожденным не может случиться ничего плохого. Действительно, не может – физически.

На деле же ребенок является на свет не для того, чтобы оккупировать место своих родителей, а для того, чтобы поначалу наставлять их духовно, а впоследствии же помогать и физически. Если у него нет своего места, то он ощущает себя виноватым всякий раз, когда у родителей что-то не ладится. Он становится вялым и усталым, однако спать не хочет. На самом деле – не может, поскольку чувство вины обращает сон в мучительный кошмар. Простите родителям их ошибку, даже если Вы не уверены, совершили они ее или нет. Если на душе сразу полегчало, значит, ошибка исправлена обеими сторонами. Родители приняли Ваше прощение. Попросите также прощения у своего ребенка. И опять: если на душе стало легче, значит, эта ошибка была-таки Вами допущена, но теперь Вы ее исправили, и проблема перестала существовать.

Ошибка бывает куда серьезнее, когда ребенка из добрых побуждений кладут спать *рядом с матерью*. Но когда ребенка в знак особой любви кладут спать *между родителями*, то совершают особенно большую ошибку, которая будет иметь серьезные последствия. *Ребенок, спящий между родителями, являет собой как бы стену между ними, то есть стену между двумя своими половинами: правой и левой, верхней и нижней, передней и задней.* Такой ребенок мается всю жизнь, ибо он словно состоит из несовместимых фрагментов: правая сторона не знает, что происходит с левой; верхняя не ведает, что творит нижняя.

Многие женщины, которым я говорила об этом, радостно вскрикивали: *«А мой муж не позволил так делать!»* – *«Разумный у Вас муж, – отвечаю я обычно. – Но почему Вы до сих пор злитесь на него за это? Почему, когда хотите сделать ему больно, заявляете детям, что отец их не любит? Исправьте эту ошибку!»*

Однако не все мужчины проявляют разумность в этом вопросе, ибо *желание быть хорошим мужем и хорошим отцом* не позволяет быть *просто мужем и просто отцом*. Чересчур хороший отец уступает свое место ребенку, а потом удивляется, почему ребенок болеет в столь хороших условиях. Если у Вас такой отец или Вы сами относитесь к числу таких отцов, то простите своему отцу и себе, что так получилось, а также испросите прощения у ребенка. Знайте, что муж, который обнимает свою жену хотя бы по ночам, не дает женским чувствам окончательно зачахнуть под гнетом положительности. *Наличие остроты ощущений при единении супругов способствует развитию чувств также и у ребенка, что обеспечивает ему жизнь.* Женщина, стыдящаяся и отталкивающая мужа, губит ребенка, сама того не сознавая.

Мужчине нужно оставаться мужчиной и тогда, когда женщина неспособна оставаться женщиной. И в том случае, когда преисполненная благих намерений теща в своем извечном *беспокойстве* за судьбу дочери и внука старается, чтобы им жилось *как можно*

лучше. И когда сверхположительный тесть считает, что зять никуда не годится. Женитьба – дело не шуточное, а серьезное. Точно так же, как и замужество. Выйти замуж – это не бежать замуж. Исправление допущенных ошибок – это большая работа, зато благодарная.

От того, сумеет ли мужчина оставаться мужчиной, зависит будущее жизни на Земле.

Если человек совершает некий правильный поступок неосознанно, так сказать, нечаянно, это не значит, что и в дальнейшем он будет поступать благоразумно. Например, если мать *в порыве восторга* кладет свое *божественное* дитя в *восхитительно* славную колыбель, то своей восторженностью она опять может все испортить. Стоит какому-нибудь авторитетному человеку, врачу, например, похвалить ее за поступок, как в матери *просыпается гордость*, и она уже не знает, что бы еще такое сделать, чтобы заслужить еще большую похвалу. А то, что младенец после этого страдает отрыжкой либо кишечными газами, что зубки режутся с трудом и болезненно и что одна болезнь сменяет другую, – все это ни с чем не увязывается.

Человек, который ждет похвалы, усматривает ее в простом одобрении и отождествляет свой поступок с самим собой. Как-то раз я сказала одной женщине, что она *поступила* правильно, начав использовать детскую кроватку по ее прямому назначению. Я заметила, что женщина раздулась, как павлин, но поскольку разговор ушел в сторону, мне не удалось предупредить ее, что этим нельзя кичиться. Как, по-Вашему, чем все закончилось? Женщина принялась трезвонить всем встречным-поперечным, будто Виилма сказала, что она **самая хорошая и умная мать** и что своим поступком она осчастливила ребенка на всю оставшуюся жизнь. А каков итог?

1. В первый же момент. Она испортила отношения с другими матерями, ибо, назвав себя самой хорошей, она автоматически навесила на них ярлык плохих. Тем самым она их опорочила, а такое забывается не скоро, так как ни один человек не бывает лучше или хуже других. Человек в состоянии стресса не учитывает неподготовленность собеседника. Он выслушивает начало фразы и тут же выворачивает все наизнанку. Он неспособен углубиться в смысл. Для этого у него нет времени.

2. В следующий миг. Для опорочивания других она использовала имя Виилма. Для матерей со стрессами это равнозначно тому, как если бы их опорочила сама Виилма. Эти женщины не желают больше ничего слышать про прощение или стрессы, хотя бы уже потому, что Виилма подчеркивает важность прощения. Они не ведают, что тем самым причиняют себе зло. А если и ведают, то согласны страдать, но уступать не намерены. Это было бы сродни унижению, а унизиться им не позволяет дух упрямства. Соппротивление продолжается до тех пор, покуда жизнь не приведет их окольным путем к той же истине. Но если она носит иное имя, женщины торжествуют, что им все-таки не пришлось, даже в самой тяжелой беде, слушаться ненавистную Виилму.

3. В скором времени. Заболевает ребенок, чтобы спустить мать с небес на землю. Тем самым он пытается разъяснить родителям, что *придавать мелочам, неважно каким – положительным или отрицательным, слишком большое значение, – это трагика, и в итоге это приводит к трагедии*. В данном случае ею оказалась болезнь. *Во время болезни ребенок нуждается в родительской, и особенно материнской, близости и ласке – как духовной, так и физической, тогда он быстрее поправится*. Мать, о которой идет речь, уверовала в то, что

ребенка отныне нужно держать *только* в его кроватке. И она тоже сделала из услышанного поверхностный и однозначный вывод. В результате болезнь ребенка затянулась.

Детская болезнь является следствием душевного отчуждения между родителями, за которым непременно следует и отчуждение физическое. Ребенок, который спит между родителями, зачастую является средством обоснования взаимного отчуждения, на деле же — для его оправдания. *Болезнь ребенка следует лечить посредством восстановления душевной близости родителей.* Если детская болезнь воссоединяет родителей душевно, ребенок излечивается, где бы он ни находился. А так как большинство родителей принимается в болезни ребенка винить друг друга, то и ребенка нельзя укладывать спать между ними, поскольку родительская душа соединена с телом жесткой связью. *И страхи соединяются между собой жесткой связью.* Ребенок, положенный спать между подобными родителями, выздоравливает медленно либо не излечивается никогда.

В течение долгого времени я не могла понять, почему у иного идущего на поправку ребенка процесс выздоровления вдруг останавливался. Я чувствовала, что проблема заключается в излишней положительности, и говорила об этом родителям, но так как я не умела акцентировать каждую деталь, то они не понимали. Они не умели домыслить самостоятельно до конца. Неразвитая мыслительная способность говорит о том, что мужская энергия в семье находится под властью женщины. В семьях с больными детьми бразды правления находятся в руках у матери, а отец, как правило, лишь исполняет ее приказы. Даже когда он приходит на прием вместе с женой и ребенком, то обычно лишь доставляет больного ребенка на место, а в мыслях пребывает где-то далеко, потому что боится услышать в каждом слове обвинение в свой адрес. Ведь послушного исполнителя приказов принято считать хорошим, а кому же не хочется прослыть хорошим?

Логика родителей была проста: если спать порознь, мать сможет лучше ухаживать за ребенком, а отец наконец-то сможет выспаться, устроившись в соседней комнате, хотя, конечно же, он предпочел бы спать рядом с собственной женой. Нередко женщины сводят физическую близость к сексу, даже если у мужчины нет таковых намерений, и, видя в мужчине себя, сердятся на него за его желание. Если ребенок болен, то и мужчины считают грехом физическую близость с женщиной, особенно секс. Мнением же ребенка никто не интересуется. Ребенок ждет, чтобы родители вновь обрели друг друга душевно, хотя бы через секс. *Люди никак не усвоят, что физический контакт чрезвычайно важен для того, чтобы выстоять в жизни. Он может иметь жизненно важное значение, чтобы выбраться из тупика, когда других средств уже не остается.*

Итак, когда Вам говорят: не будьте слишком хорошими, то подумайте, что это значит, и если не понимаете, то высвободите из себя положительность, и тогда, скорее всего, поймете. Я посоветовала родителям попросить у ребенка прощения за свои ошибки, а затем положить дитя на его место, приговаривая при этом: вот твое место. *Делать это следует до тех пор, пока ребенок не примет его как свое собственное.* Я не грозила пальцем и не заявляла безапелляционно: *«Ни в коем случае не кладите ребенка к себе в постель!»* И что же, Вы думаете, вышло в итоге? Спустя некоторое время родители пришли ко мне снова, так как ребенок со дня нашей последней встречи заболел и никак не поправлялся, хотя родители делали все, как я велела. Это они так решили, что я велела.

Знайτε, что **слепое послушание оборачивается бедой.** *«А кассету вы слушали?» — спросила я.* (Свои беседы я обычно записываю на магнитофон, иначе они забываются). Какое там — все время ушло у них на уход за ребенком. Запомните: **если за добрым наставлением последовало что-то плохое, значит, не все было правильно понято.** Стремясь исправить

ошибку, родители вновь положили ребенка в постель к матери, сами же тем временем занялись исправлением в душе своих ошибок. Затем попросили прощения у самого ребенка и лишь после этого переложили дитя в его кроватку. И – ну не чудо ли – ребенок не запротестовал! Более того, выздоровел.

Ребенок, которому в доме сразу же было отведено собственное место, любит свою кровать и любит там находиться. Побыв у матери на руках столько, сколько нужно, он дает знать, что пора класть его обратно. Мать, *способная ощущать* потребности ребенка, подсознательно всегда кладет дитя на его кровать, а если невзначай кладет не туда, то своим беспокойством ребенок дает знать, что ему там не нравится, и мать исправляет ошибку. Такой грудной младенец может целый час провозиться в своей кроватке, покуда не заснет, а проснувшись, тихонько продолжит заниматься своими делами, покуда не проголодается.

Нередко матери рассказывали мне, что они сбивались с ног, занимаясь старшими детьми, а когда родился младший, поначалу волновались, что с ним не все в порядке: уж слишком он спокойный. Но когда они заводили с ребенком разговор и видели, как он наблюдает за матерью своими большими и ясными глазенками и адекватно реагирует на речь, то успокаивались. Хорошо развивающийся, спокойный и здоровый ребенок способен успокоить любую мать.

Для того, чтобы делать как надо, не нужно хвататься за умные книги. Мать, работающая над собой и познающая себя, знает также и ребенка, и его потребности. Возможно, в чужих глазах она поступает неумно, но для своего ребенка она поступает разумно, и вся семья довольна.

Слушать чужие наставления и следовать им буквально – значит стать послушным исполнителем. Подобное послушание приводит к головной боли и отключению слуха как у матери, так и у ребенка. Наставление требуется обдумать, приобщить к имеющимся собственным знаниям. Хоть это и требует времени, зато оно окупается сторицей. **Здоровый ребенок не отнимает времени – он дарит время.**

Настанет день, когда ребенок, достаточно развившийся в общении с самим собой, подает знак, что теперь ему нужна компания. Это значит, что **для него наступила пора физического развития**. Родитель, который это примечает, не запрещает ребенку общаться со своими сверстниками. Такой родитель не культивирует отрицательного отношения к детям во дворе, на улице, в детском саду, в школе. Это значит: у родителя нет отрицательного отношения ко двору, улице, детскому саду, школе, и его ребенок нормально уживается повсюду, потому что не считает себя ни лучше, ни хуже других. Во дворе к нему не липнет грязь, в детском саду не липнут болезни, а школа не отупляет до состояния болвана. Он не устраивает ежедневных нервирующих утренних представлений и уже с ранних лет является достойным членом общества. Он умеет оставаться в одиночестве и умеет быть самим собой.

Общение с самим собой развивает человека, т. е. личность, общение с другими развивает тело, т.е. лицо.

Чем сильнее родительское желание быть хорошими, тем больше создается условий, чтобы ребенок никогда не оставался в одиночестве, чтобы рядом с ним всегда находился кто-то, чтобы мать жила *для ребенка*. Бытует мнение, что хорошая мать постоянно держит ребенка на руках. Молодая восторженная мать так и поступает. Если ребенок протестует против этого, над ним квохчут еще больше. Ребенок смиряется с этим тем меньше, чем сильнее в нем потребность быть самим собой. Однако чем больше он кричит день и ночь, тем чаще мать берет его на руки. Испуганная мать иначе не умеет.

Круг замыкается. Ребенок свыкается со своим положением, но при этом у него развивается привычка едва ли не терроризировать мать. Еще толком не очнувшись ото сна, он дерет мать за волосы, царапается, сует пальцы в рот или в нос, а если мать не позволяет этого делать, начинает кричать и вертеться, пока мать не разрешит делать то, что только что запрещала. В результате ребенок уже не знает, что хорошо и что плохо, что разрешено, а что запрещено. Цепляясь за мать и в то же время отталкивая ее всеми доступными способами, он в конце концов добивается своего. Только открывает замутненные ото сна глаза, как вновь принимается протестовать.

В итоге матери годами тратят свои нервы и время, пытаются, к примеру, уложить детей спать, и не понимают, в чем дело. Эта ошибка поправима. Ребенок, не приученный ложиться спать в нормальное для детей время, спокойно научится этому *в течение недели, если родители серьезно, но без паники займутся исправлением данной ошибки*. Что надо, то надо. Ребенок не станет протестовать против необходимости. Если же налаживанием детского распорядка занимается только мать, потребуется больше времени и сил, ибо ребенку нужно научить своих родителей единодушию. Но если родители начинают обвинять друг друга в огрехах воспитания, процесс затягивается надолго.

Мать, стараясь стать для ребенка всем, а значит, жертвующая во имя него собой, препятствует его духовному развитию, потому что главный упор она делает на физическое развитие. Так ее учили, и это принято считать правильным. Полагают, что ребенок с самого рождения нуждается в массаже и гимнастике, на деле же поначалу вполне достаточно ежедневных гигиенических процедур. Первейшей необходимостью для малыша является общение. *Новорожденный распознает взгляд, обращенный на него, и реагирует на мысль, имеющую к нему отношение*. Он открывается навстречу любви, словно цветок навстречу солнечным лучам. Всякий физический контакт, посредством которого пытаются улучшить его самочувствие, является для него чрезмерной суровостью. В порядке самозащиты он цепенеет, впадает в конвульсивно-напряженное состояние. Возможно, таким он появился на свет уже из материнского чрева либо наоборот – вышел из чрева вялым, словно кишка, а значит, *преисполненным отчаяния*, в соответствии с сиюминутным настроением матери.

Каждый новорожденный любит голос своей матери – этот журчащий ручеек, который успокаивает, расслабляет и вселяет надежду. Без предварительного мысленного и словесного предупреждения не следовало бы начинать физические процедуры даже со здоровыми детьми. Делая массаж испуганному до судорог ребенку и занимаясь с ним гимнастикой, мы причиняем ему лишь вред.

Общение с ребенком, а значит,
безусловная любовь к ребенку, а значит,
подход к ребенку без эмоциональных оценок,
снимает вызванную страхом детскую
спастичность лучше всяких физических
процедур.

Уравновешенная мать умеет без суеты распределять свое время между детьми и делами. Ее деловой план на день, составленный как бы мимоходом, включает в себя и детей, которые находят для себя именно то интересное занятие, в котором нуждаются. Материнские дела интересны и увлекательны ровно в той мере, в какой необходимы детям. Такая мать не может сказать о себе, что она – хорошая мать, но и не может сказать, что она – плохая мать. Если попросить ее оценить себя, она смутится. Она просто мать и все. Ее ребенок

считает так же, что бы ни болтали окружающие. Такая *мать живет сама и дает жить ребенку*, будь ребенок крошкой или взрослым человеком.

В старину у матерей не было времени быть хорошими матерями. Все их время уходило на бытие. Ныне же матерям постоянно не хватает времени, чтобы быть настолько хорошими, насколько им хотелось бы. *В этом случае бытие все более утрачивает свое предназначение.* Разрываясь между возможностями и желаниями, они становятся все более несчастными и, чтобы уберечь детей от подобных же страданий, предпочитают не рожать вовсе. Либо рожают как можно меньше детей. Рождение детей они оставляют тем, кто еще не успел создать для себя подобных проблем.

Так материнство превращается в обязанность. Сегодняшний день вынуждает матерей быть хорошими. Чем сильнее желание матери быть хорошей, тем теснее она срастается с ребенком – словно два деревца, высаженные в одну лунку. *Они срастаются корнями и стволами*, а кроны глядят каждая в свою сторону. Наступает день, когда деревца начинают тормозить рост друг друга. Они либо чахнут, либо одно начинает подавлять другое. Это значит, что мать губит ребенка, или ребенок губит мать. Вначале глушится качественное, оно же духовное, развитие, а затем и количественное, т. е. физическое, и дерево может погибнуть.

Если мать лишает ребенка тех мгновений, когда он мог бы побыть наедине с собой, а значит – расти человеком, то ребенок неизбежно поступает так же по отношению к матери. Страх утратить человеческий облик вынуждает их отдаляться друг от друга. Ребенок не может никуда пойти, а мать может. *Материнская усталость, нервозность и пресыщенность указывают на то, что матери необходимо время, чтобы побыть наедине с собой.* Обычно бывает так, что мать хоть и сбегает от ребенка, но спешит к подруге посетовать на свою трудную жизнь и печальную судьбу, чем только усугубляет положение. Жалуясь по многу раз на свою нелегкую участь, женщина возвращает в себе невыносимую печаль.

Между тем няня, оставшаяся с ребенком дома, успевает с ним намаяться, так как ребенок беспокоен. *Состояние материнской души проецируется на детскую душу.* Так сросшиеся воедино деревца жалуются на боль от ран, когда их одним махом друг от друга отрывают.

В такой ситуации трудно найти помощь, ибо все только и умеют, что советовать, как стать еще лучшей матерью. Выискиваются сглаз и порча, которые затем снимаются, но и это не дает результатов. Измученные молодые матери, которым ребенок дался большим трудом, приходят жаловаться на то, что они не смеют оставаться дома одни с ребенком. Они говорят, что истинную причину не могут открыть никому, так как в ответ услышат: ты плохая мать, у тебя следовало бы отобрать ребенка.

Они любят своих детей так *безумно*, что сильнее любить невозможно. Несмотря на это, при виде орущего ребенка их порой охватывает такая слепая ярость, что, кажется, еще мгновение – и малышу несдобровать. Один такой приступ бессильного гнева, и мать может оказаться в глубокой депрессии. Она не в состоянии забыть той промелькнувшей в голове мысли и боится, что так и сделает. **Страх опозориться** окончательно ее блокирует.

Страх разрастается от услышанных рассказов про кошмарные зверства, учиненные матерями над своими чадами. При мысли об отношении общества к такой матери женщина лишь усугубляет свой страх. Неудивительно, что новоиспеченные мамы боятся сойти с ума. Некоторые таки сходят и делают то, чего не сделал бы ни один человек в здравом рас-судке. К сожалению, такие случаи учащаются. Из всей толпы обвиняющих, считающих себя нормальными людьми, никому и в голову не приходит спросить: *«Почему это произошло?»*

Подобная проблема является следствием расхожего представления, по которому хорошее – это только хорошее. *Все должны быть хорошими*, и все стараются стать хорошими,

но последствия оказываются плохими, потому что люди перестают мыслить, как мыслили когда-то – прислушиваясь к голосу сердца. Вместо этого *они* добросовестно *исполняют приказы*, диктуемые расхожими представлениями. В итоге люди становятся **жертвами ума и положительности**. Дома, где всего этого не понимают, царит крошечный ад. Замотанная, раздраженная, истеричная мать сует ребенка пришедшему с работы отцу, едва тот появляется на пороге. Для отца ребенок превращается в *наказание* за то, что мать целый день занималась исключительно делами, а отец *ничего* не делал. У него неизбежно вызревает протест, но стоит ему уединиться, как его сразу клеймят плохим отцом.

Ну а то, что отец вернулся домой из рабочего коллектива, где он целый день развивался телесно, и ему необходимо хоть немного побыть одному, это никого не интересует. Муж, который не помогает жене, плохой, и точка. Обвиняющие взаимоотношения утомляют и отчуждают. Первым обычно отдалается отец. Почему? Потому что мужчина является творцом физической стороны жизни, и, когда он не может развиваться как человек, он превращается в животное. Поскольку же законы звериного сообщества разрушили бы человеческую семью, то отец подсознательно ищет иной выход, чтобы остаться человеком.

Жизнь предоставляет отцу разные возможности. Первая и самая распространенная из них – задерживаться подольше на работе. **Запомните, что всегда, когда мужчина задерживается на работе, это говорит о разладе в семейных отношениях.** Сам он ничего для этого не предпринимает, так складываются обстоятельства: то тут, то там возникают проволочки, и работа буксует. Таким образом жизнь предоставляет отцу мгновения, чтобы побыть наедине с собой, и если он принимает их с благодарностью, то обретает душевный покой и домой возвращается с легким сердцем. Какое бы настроение у жены ни было, мужа оно не задает, не отпугивает от семейного очага, и дети с большой радостью могут возиться с отцом как им заблагорассудится. Он умеет любить, относиться к домочадцам с пониманием, учитывать возникающие ситуации.

Если Вы хотите возразить, что муж и до женитьбы работал на той же работе и был вынужден подолгу отлучаться из дома, будучи, например, моряком, водителем-дальнобойщиком, военным, то нужно понять, почему Вы притянули к себе именно такого мужчину. Это означает, что еще в бытность ребенком ни у Вашего мужа, ни у Вас самой взаимоотношения между родителями не ладилась. Родителям было легче *мирно* ладить, пока они виделись редко. Когда же отец оставался подолгу дома, возникали трения. А то, что домашний покой и покой душевный – разные вещи, об этом в ту пору никто из них не задумывался. Обоюдное нежелание ссориться находит выражение именно в таких браках. ***Пребывающего вдали ждут и любят. Находящемуся рядом предъявляют претензии и бывают им недовольны.***

Мужчин, которые возвращались бы домой с легким сердцем, в наши дни почти не встретишь, поскольку мужчин без чувства вины практически не бывает. Мужчина, испытывающий чувство вины, ищет себе занятие, чтобы заполнить возникающие в работе паузы. Поскольку же он боится не найти такого занятия, то и не находит, а самобичевание рано или поздно приводит к поиску развлечений. *Благодаря им приглушаются чувства, вызывающие состояние беспокойства, и беспокойство улечивается.* Это следует знать и учитывать, тогда мы перестанем друг друга отпугивать и бегать друг от друга.

Бегство из дома женщины называют самоутверждением, не понимая того, что в мире не было и не будет более высокой степени самоутверждения, чем воспитание ребенка во взрослого человека. С повышением уровня образованности и женщины, и мужчины придают самоутверждению все большее значение, не учитывая того, что в женское и мужское самоутверждение природой заложен совершенно разный смысл.

Ребенок является духовным наставником родителей, родители же – земными наставниками ребенка. Женщина, которая воспитывает детей в течение 10 лет и которая не нарадуется своему шумному выводку, возможно, и глупее женщины, проучившейся 10 лет в вузах, однако она разумнее и человечнее. Пусть она не обучена работе, требующей высокой квалификации, на которую другая потратила 10 лет, но она усвоит ее без особого труда, с ее-то ловкими руками. Десяток ребятишек научат мать тому, чему неспособны научить десять вузов.

Все это звучит красиво на словах, но жизнь отнюдь не столь красива – скажете Вы. Ныне почитаются женщины бездетные либо с минимальным числом детей, считающие домашний очаг делом второстепенным. Многодетные же матери со здравым рассудком воспринимаются как дебилы, а кто такую мысль и выскажет, тому высокопоставленный государственный чиновник примется доказывать, что государство выступает в поддержку многодетных семей. Пусть даже государство и оказывает поддержку, но государство – это уровень материальный, а деньги не компенсируют уничижительного отношения. С помощью денег можно вырастить животное, но не воспитать человека.

На деньги можно приобретать еду, одежду, предметы гигиены, но чтобы человек вырос человеком, необходимо *время*. Жизнь предоставляет каждому человеку столько времени, сколько ему потребно, но кто желает употребить это время на что-то поумнее, у того время уходит сквозь пальцы. Кто же использует время на первых порах в ущерб кошельку, тому жизнь даст когда-нибудь столько денег, сколько ему нужно, чтобы дух и тело могли развиваться гармонично. Кто желает, чтобы государство в первую очередь давало, тот лишается как времени, так и денег, даже если государство все это ему дало. Выделенные деньги как будто пригодились, на деле же пользы не принесли. Человек недоволен, как и прежде.

Как бы то ни было, но так или иначе ребенка воспитают. Когда мать возвращается из декретного отпуска на работу, ребенка начинает воспитывать иное окружение: бабушка, няня, детские ясли, детсад, школа. Всеми ими мать обычно бывает недовольна в той же степени, в какой недовольна ребенком. Под воздействием новой среды ребенок меняется, отдаляясь от родителей и дома, что, конечно же, не может нравиться родителям, считающим себя хорошими.

Жизнь учит, что двух благ разом не получишь, а если погонишься за обоими, выпадет зло, да престрашное. Маленький ребенок – маленькие заботы, а чем ребенок взрослее, тем больше заботы. Просчеты в воспитании ребенка принято сваливать на чужую голову, а кто боится воспитывать детей сам, тот по-страусиному прячет голову в песок, покуда не проявятся первые признаки неладного. Тогда родитель желает, а то и требует, чтобы перевоспитанием его ребенка занялось общество. Если ребенок отбился от рук, виноватыми оказываются воспитатели и учителя. В каком-то смысле родители правы.

Среда, в которой вращается ребенок, – друзья, коллектив и общество, вплоть до высшего света, – формирует ребенка по своему подобию. Независимо от того, происходит ли это формирование по восходящей или нисходящей линии, оно затрагивает лишь разум и тело. Чем *лучше* развито тело, тем *хуже* развивается дух. Ребенок, завоевавший в спортивных состязаниях золотую медаль, – человек вполне пропащий, так как у него *уже нет свободного времени*. Его распорядок дня плотно забит мероприятиями, развивающими тело, и их число тем больше, чем прекраснее цели, которые придумывают родители, учителя и тренеры, чтобы примазаться к лаврам победителя. Так мать, дающая ребенку жизнь, лишает ребенка жизни.

Окружение формирует человека по своему подобию. ***Окружающая атмосфера, которую мы вдыхаем, влияет на качество человека.*** В каждой области жизни есть разные компании. Всех их объединяет один *общий интерес*, либо *общие корни*, либо *общая цель*. Человек, который не осознает своего места в жизни, цепляется за компанию и принимается нарядать себя в чужие перья. Чем сильнее цепляется, тем сильнее скрытая злоба, ибо цеплянье вызывает зависимость. ***Зависимость является духовной тюрьмой.*** Завсегдатай сборищ может испытывать к своей компании ненависть, презрение, отвращение и желать ей гибели, но от нее ему никуда не деться – он сам за нее и держится. Почему? Потому что боится остаться в одиночестве. Страх оказаться один на один с жизнью вынуждает прикусить язычок и хранить хорошую мину при плохой игре.

Человек, привыкший с раннего детства держаться компании, не умеет иначе и боится жить по-другому. Любитель одиночества поражается тому, как это люди, постоянно проводящие время в шумной компании, ухитряются не сойти с ума. В свою очередь, человек общительный удивляется тому, как удается затворнику сохранить здравый рассудок. *У каждого свои страхи и соответствующие им виды злобы.* Любитель одиночества может в силу обстоятельств оказаться на долгое время в гуще людской массы, но если он сумеет сосредоточиться, то быстро приспособится, и ничего страшного не произойдет.

Скорее всего, компания не примет его, но если он – Человек, то *с ним будут считаться*. Иначе дела складываются у тех, кто боится людей и спасается от них бегством в одиночество. Насильственно навязанное общение с людьми усиливает в нем страхи и скрытую злобу, что провоцирует агрессивность в окружающих. Человек становится мишенью для злобных выпадов и в результате заболевает.

Для человека важнее всего развиваться, оставаясь при этом человеком, даже если он этого не осознает. Кто ощущает тлетворное влияние окружения, тот спасается от него бегством. Дети и подростки бегут в свою комнату, взрослые – в свой дом. Если человеку не дают покоя гнетущие мысли, он создает вокруг себя новую, техническую среду: радио, телевизор, магнитофон, компьютер. Здесь, если «собеседник» надоест, по нему можно и стукнуть в сердцах. Но и такая среда может лишить человека определенных моментов, существенных для того, чтобы он в своем развитии оставался человеком.

Компьютер – прекрасное устройство, но оно мешает человеку развиваться, оставаясь при этом человеком.

Перенасыщенность информацией, значение которой не осознается и которая не применяется на практике, действует на дух разрушающе. Информация, оседающая в мозгу, разрушает нервную систему.

Подсознание распознает и собирает воедино все мгновения, когда человек не сумел побыть наедине с самим собой, до тех пор, пока они не *суммируются в непомерное желание сделать что-нибудь, чтобы унять душевную боль и тоску*. В момент отчаяния все это выплескивается наружу и вынуждает человека оказаться наедине с собой, когда можно закончить все недоделанные дела. У такого одиночества две грани: ***больница и тюрьма.*** В принципе, что одна, что другая – разницы никакой, не зря больницу иной раз – и это не оговорка – именуют тюрьмой. И наоборот.

Если человек заболел и если ничем его не тревожить, помимо необходимых по уходу процедур, то у него оказывается много времени, чтобы побыть наедине с самим собой, и он непременно задумывается о причине болезни. Одна мысль рождает другую, и незаметно для себя человек осознает свою проблему. С этого момента начинается исцеление, и оно проходит на удивление быстро. Вскоре он выписывается из больницы, и домой возвращается

совершенно другой человек. Знакомые при виде его говорят: *«Ой, да тебя не узнать!»*, хотя тот ничуть не изменился. К сожалению, мало кому из больных создают условия для подобного выздоровления. Но даже если условия созданы, больной жаждет, чтобы его навещали жалельщики, и не хочет оставаться один. Ощутить себя брошенным и забытым для него, возможно, страшнее смерти.

Чувство вины перед заболевшим человеком вынуждает друзей, родных и знакомых совершать прямо-таки паломничества к его одру. Если посещения запретить, вспыхивает буря недовольства. Люди обижаются даже на самого больного, если тот просит не беспокоить его. А уж посещение любопытствующих вообще может доконать. Человеку не дают доболеть его болезнь, жизненный урок остается неувоенным, и все возвращается на круги своя.

Если человек *попадает в тюрьму*, но у него и там не окажется возможности побыть наедине с самим собой, то он не осознает своей ошибки и рано или поздно снова очутится за решеткой. Пребывание среди людского стада в большой тюремной камере превращает человека в животное, не способное ужиться среди людей по завершении срока заключения. Испуганное и униженное животное не забывает обид и инстинктивно набрасывается на каждого, кто хоть чуть-чуть его задевает. Кто не понимает себя, тот не понимает и других.

Будь у каждого заключенного отдельная камера, пусть безо всяких удобств, и возможность минимального общения с другими, то у него было бы время обдумать свои думы и прочувствовать свои чувства, чтобы осознать вину и никогда уже не повторять ошибку в будущем. Для создания таких условий обществу следовало бы потряхнуть своей мошной. Поскольку общество понимает, что деньгами проблему не решить, то оно их и не дает. Ну а того, что следовало бы измениться самому обществу, оно не понимает. Не познав собственных потребностей, нельзя познать и потребностей заключенных. В итоге часть из не познавших самих себя оказывается за решеткой и проникается ненавистью к подобным себе, но оставшимся на воле и продолжающим считать себя лучше остальных.

Итак, если человек развивается, оставаясь при этом человеком, то он развивает также и тело, но если во главу угла ставится физическое развитие, то человеческого в человеке можно и не заметить. Ученический протест против всего, что происходит в школе, первоначально начинался как протест против уроков физкультуры. Как ни пыталась администрация школы оправдаться и поправить положение, школьники продолжали протестовать: *«У нас нет человеческих условий!»* Их действительно нет, потому что детей не считали за людей, ими манипулировали в соответствии с представлениями взрослых о гармонически развитом человеке. Детей стараются воспитать совершенными, не понимая того, что из них лепят кобальков, столь милых сердцу взрослых.

Симптомом подобного манипулирования, насильственного вмешательства в развитие являются боли в верхней части живота. Практически всякая болезнь у детей начинается с боли в животе.

Миг, когда переполняется чаша

Мы можем быть до отказа набитыми стрессами и тем не менее оставаться здоровыми. Почему и когда возникает болезнь? Почему у одного болезнь протекает легко, а у другого – тяжело? Почему, наконец, третий из-за той же энергии становится преступником?

Стрессы накапливаются потому, что человек со страхами живет чувствами и все оценивает как хорошее или плохое. Иного варианта на земном уровне нет. **Если хорошее, то хорошо, а если плохое, то плохо.** Или очень плохо. На духовном уровне, т. е. на небесах, чувства ни к чему, и оценивать там нечего. Глупо ведь именовать небеса хорошими или плохими. Они просто есть. Уравновешенный человек живет по небесным законам и на земном уровне, будучи здоровым и счастливым, ибо для него все сущее просто есть. И даже если он выносит суждение о некоей части единого целого, то не распространяет это суждение на все целое. Возможно, сегодняшний день для него плох, но из этого не следует, что вся жизнь плоха. Ему может не нравиться поступок ближнего, однако это не значит, что он думает об этом человеке плохо.

Оценивание – это ошибка, которую следовало бы немедленно исправить. Ухватиться за мысль или слово и направить в иное русло, отмечая про себя: я заблуждаюсь. Если ошибка не исправляется, она присовокупляется к другим, ждущим исправления, подобно растущей стопке тетрадей на ученическом столе, которые ждут, пока хозяин примется за работу над ошибками. Стопке никуда не деться, покуда ошибки не будут исправлены. Без исправления ошибок человек не может развиваться по-человечески. А развиваться по-звериному человеку ни к чему.

Представьте себе некий сосуд. Например, банку или бутылку с узким горлышком. Вы, конечно, знаете, что, если медленно лить в нее жидкость ровной струей, бутылка наполняется сравнительно медленно, однако, когда жидкость доходит до горлышка, процесс внезапно ускоряется. Не заметишь, как уже потекло через край. Сосуд всегда наполняется внезапно.

Мы – те же сосуды. Все вбираем в себя и вбираем, и нам невдомек, что, **если в плечах появляется напряжение, это сигнал того, что чаша вот-вот переполнится.** В плечах обитает стресс **сверхтребовательности**, выражающий жадность. Этому стрессу подавай все получше, побыстрее да побольше. Побыстрее – можно, получше – можно, но побольше не умещается. **Превращение желаний в сверхтребовательность может произойти незаметно и в одночасье.** У людей, живущих сегодня, сверхтребовательность настолько неослабна, что плечевой пояс не отдыхает даже ночью. Особенно явственно это проявляется ночью, когда, проснувшись, человек ощущает судорожное напряжение в плечевом поясе, тогда как остальные мышцы тела расслаблены. Зачастую это приводит к **утренней головной боли.**

Расположенный на участке пересечения плечевого пояса и позвоночника 7-й шейный позвонок является местонахождением сверхтребовательной целеустремленности. **Сверхтребовательная целеустремленность** – чрезвычайно серьезный стресс. Человек, о котором можно сказать, что он *проникся своим делом до мозга костей*, зарабатывает **дисфункцию и заболевания органов системы кроветворения.** Чем крупнее 7-й шейный позвонок, тем сильнее у человека *врожденная целеустремленность*. Чем больше бугор, выросший над 7-м шейным позвонком, он же **загорбок**, тем сильнее у человека *целеустремленность, приобретенная в течение жизни.* Ее величине соответствуют недомогания плечевого пояса, рук, шеи и головы. Можно сказать, что у современного человека этот участок если не болит, то

находится в постоянном напряжении, причем так, что человеку не приходит в голову, что может быть иначе. Он *примирился* с ситуацией, *сдался*.

Таким образом, если человек не умеет заниматься собой, то в один прекрасный день он оказывается по горло набитым стрессами, ибо все его благие дела и занятия причинили ему стрессы. В такой ситуации говорят: **сыт по горло** и ничего больше не хочется. Даже хорошего не хочется. Думать тоже не хочется. Ибо уже ничто в меня не лезет. Такое состояние именуется **отчаянием**. Все, что накоплено чувствами, хочется теперь разом выплеснуть. Чем человек порывистей, тем резче он это и делает. Результат равноценен поступку. Иному пациенту я говорила шутливо: *«Только что Вы этого хотели, а теперь уже не хотите»*. Бывает, что человек злится: *«Я хотел хорошего, я не желал плохого!»* Что такое хорошо, он не знает. Он знает, что хорошо *по его разумению*.

Представьте себе, что Вы – дом, и у этого дома есть проблема, напоминающая сосуд, переполненный до краев, который Вам ни к чему. Вы желаете немедленно от него избавиться. Отчаявшийся человек не понимает, что проблема является наставником, чье учение нужно принять и усвоить. Поэтому из уважения к учителю и его учению он не открывает дверь. Он желает избавиться от нечистот и начинает выплескивать их. Сами можете догадаться, как ему это удастся. Нечистоты брызжут прямо в лицо, и человек злится еще сильнее. Остальные нечистоты начинают сочиться, соответственно степени отчаяния, из дыр, щелей и трещин. Из *глаз* текут слезы, гной, кровь. Из *ушей* текут сера, тканевая жидкость, гной, кровь. Из *носа* выделяется слизь, кровь, гной. Из *рта* – слюна, рвота, мокрота, кровь. Из *кожи* – пот, кровь, гной, тканевая жидкость. Из *мочевого пузыря* – моча, гной, кровь. Из *половых органов* – выделения, гной, кровь. Из *прямой кишки* – фекалии и, возможно, также кровь и гной. Если Вы сыты по горло чем-то одним, то может течь из одного только отверстия, если же сыты всем, то может течь из всех одновременно.

Если Ваше отчаяние похоже на **жгучую** злобу, то в теле разгорается пожар – **болезнь с повышенной температурой**. Существует теория, согласно которой, если человек раз в год болеет с высокой температурой, у него не развивается рак. Это значит, по всей очевидности, что кто раз в год производит основательную генеральную уборку, тот в собственном дерьме не утонет.

Болезнь с повышенной температурой является своего рода подарком, который природа дарит тем, кто этого достоин. Достоинство есть разумная уравновешенность, умение принимать жизнь такой, какая она есть.

Болезни с повышенной температурой помогают очиститься тем,
кто не стыдится
своей примитивности,
низкого уровня материальной жизни,
своего тела,
своей страны,
своего народа и
своего родного языка.

Чем больше мы всего этого стыдимся, тем реже к нам на помощь приходит болезнь с повышенной температурой. Стыдиться можно одной вещи, нескольких или всего вместе.

Кто стыдится своего плохого, тот подавляет в себе свои стрессы, желая сохранить репутацию хорошего человека. Он уподобляется двери, соответствующей евростандарту, через

которую даже воздух не проходит. Не говоря уже о выплескивании нечистот. Буря в Вашем помойном ведре может вызвать ощущение температуры, однако градусник ее не фиксирует. Тяжкая это мука – задыхаться от интеллигентности и утонуть в нечистотах интеллигентности. Мука душевная. Душевная мука может быть столь велика, что по сравнению с ней самая тяжелая болезнь – ничто.

Чем человек желает быть лучше, тем до более плотного, твердого состояния спрессовываются нечистоты. Представьте себе, что в порыве отчаяния Вы бросаете полено в закрытую дверь. Что происходит с дверью, то есть с Вашим телом? В зависимости от размеров полена и силы броска дверь может покрыться сетью небольших, не заметных глазу повреждений, треснуть или расколоться. Если полено не вылетело наружу, то болезнь развивается дальше. Выброшенное полено подобно опухоли, удаленной хирургическим путем, – ее уже нет в теле, но раны тела ее еще не забыли. Возможно, эта болезнь уже никогда не даст о себе знать физически, однако энергетически переносится на другие ткани тела, уплотняя находящуюся в них энергию стресса. Ведь каждый орган имеет свое особое предназначение, и другие органы заменить его не в силах. Правда, один из парных органов, при отсутствии второго, может путем усиления своей деятельности замещать функцию недостающего напарника, но не может заместить скопившуюся негативную энергию.

Если Вы еще представите себе выброс камней разной величины либо всяких там кусков железа, то можете понять, почему случается, что дверь оказывается выбитой вместе с коробкой либо со всей стеной, или же дом разваливается. Порыв отчаяния может привести к крайне неприятным последствиям как в духовном, так и в физическом отношении. Поэтому при малейших признаках отчаяния следует заняться его высвобождением. Человек в состоянии сильного отчаяния уже не может сосредоточиться на своих мыслях, потому что развивает *бешеную активность*, дабы избавиться от *неприятности*.

Вероятно, Вы замечали, что иной человек постоянно протестует, изливает свое недовольство на ближних, и ничего с ним не случается – здоров. Вы правы. Внешне это так. *Постоянное* выплескивание своих помоев на окружающих не позволяет ему заболеть физически. Зато он болен душевно, и очень серьезно. К тому же к нему приклеен **ярлык плохого человека**, который переживает самого человека. Кто способен сдерживать свои эмоции до последней крайности, может, взорвавшись, сделаться преступником, а жить с запятанным именем – тяжкий крест. Никто его не понимает и понимать не желает. Да и сам он себя не понимает.

А Вам хотелось бы иметь такое здоровье? Думаю, что нет. Поэтому воспринимайте такого человека как отрицательный пример наставника и благодарите Бога, что он помогает Вам не стать таким же. Если подобный человек заставляет Вас призадуматься, значит, он помогает Вам избежать страданий. Причем величайших страданий, ибо *умышленное постоянное уготовление страданий окружающим является злонамеренной злобой*. Какую она вызывает болезнь, Вам уже известно. Если Вы скажете, что у горлопанов рака не бывает, то посмотрите на их детей. У детей он есть. То, что родители извергают из своих уст, дети держат при себе, чтобы не уподобиться им. Невыносимый стыд за родительское поведение способен вызвать у ребенка рак.

По степени интенсивности различаются два полярных вида отчаяния:

- **ВОИНСТВУЮЩЕЕ ОТЧАЯНИЕ** – подобное взорвавшейся в доме бомбе, когда вылетают окна и двери.
- **СМИРЕННОЕ ОТЧАЯНИЕ** – тихое угасание свечи жизни от погружения в трясину безысходности, разочарований, ожесточения и печали.

Воинствующее отчаяние вызывает заболевания, которые начинаются в резко выраженной форме, смиренное отчаяние – те, которые начинаются как хронические. Страх, что меня не любят, делает из человека бойца, оружием которого является обвинение. Страх, что моя любовь не нужна, и чувство собственной вины по этому поводу превращают человека в побежденного. Чем сильнее развит комплекс неполноценности и чем больше человек этого стыдится, тем старательней он скрывает свои недостатки. В результате развиваются болезни, которые начинаются незаметно, но со временем становятся опасными для жизни.

Многие больные приходят ко мне и говорят: **«Я верю, что во мне эти стрессы есть, но я их не ощущаю»**. Причем чем болезнь тяжелее, тем острее проблема нечувствительности. Если люди с физическими заболеваниями как-то еще пытаются разобраться в причине, то пациенты с нарушениями или заболеваниями психики буквально атакуют меня. Главное для них – доказать, что у них нет стресса, который вызвал их болезнь. Вместе с тем чтение моих книг задевает в них какие-то струны. Есть что-то такое, чего они не признают, поскольку не ощущают, что заставляет их интересоваться теорией стрессов.

Что такое чувство и что такое нечувствительность? Где пролегает **водораздел** между чувствительностью к некоей энергии и нечувствительностью к ней, между **утверждением и отрицанием?**

Вообразите некий стресс. Вы знаете, что это – неопределенный туманный сгусток негативной либо позитивной энергии, и, хотя он есть, Вы его не видите. Воздух тоже не виден. Это не значит, что его нет. Если бы не было стрессов, было бы так же худо, как если бы не было воздуха. Воздух, пришедший в быстрое движение, может обратиться в бурю, которая все сметает на своем пути. То же происходит со стрессами, когда они разрастаются до гневного отчаяния. С бурей спорить смысла нет. От нее разумнее держаться как можно дальше. Этому учит инстинкт самосохранения, и человек подчиняется. Однако чем умнее этот человек становится, тем сильнее желает победить бурю. Умное человечество еще не научилось умирять природные бури, зато все успешнее учится умирять бури, бушующие в собственной душе. Подавляя свои стрессы, люди материализуют их в физическую болезнь.

Что происходит со стрессами?

При сжатии воздуха образуется жидкий газ. При сжатии жидкого газа образуется древесина. При выжимании из дерева воды образуется камень, а при сдавливании камня – металл. Металлов в нашем теле предостаточно – хоть начинай шахтную разработку серебра, золота или платины. Онкологи как раз и занимаются этим с утра до вечера.

Если Вас вбить клином в древесную щель либо погрузить в жидкий бетон или металл и дать им затвердеть, а затем подвигать ту же древесину, бетон или металл, почувствуете ли Вы это движение? *Не почувствуете!* Почему? По той же причине, по какой *Вы не ощущаете* движения, когда сидите в вагоне и он начинает отъезжать от перрона одновременно с поездом, стоявшим у соседней платформы. Вы *не ощущаете* движения, потому что движетесь вместе с ним. Так же и физическая болезнь – она движется вместе с телом, покуда Вы не принимаетесь протестовать против энергии, из которой состоит Ваша болезнь. Чем протест отчаяннее, то есть чем сильнее Вы желаете избавиться от болезни, тем стремительнее выбрасывается негативная энергия, и это вызывает смятение чувств. Материально это выражается в боли.

Если Вы еще не доросли до этого, то, по крайней мере, не отрицайте наличия у себя стрессов. Если у Вас есть проблемы, есть и стрессы. Чем проблемы серьезнее, тем больше величина стрессов, но Вы их не ощущаете, поскольку подавляете до состояния нечувствительности. Если Вы привыкли к тому, что всегда правы, то знайте: **право – это еще не правда**. Ваше тело говорит правду и в том случае, когда все умные люди утверждают обратное. Умный, считающий себя очень умным, неразумен. Поэтому верьте тому, что говорит собственное тело.

Есть лишь одно подлинное чувство. Это Любовь.

Все остальные чувства не что иное, как эмоции, стрессы, отклонение от любви. Когда они высвобождаются, то вновь становятся Любовью. К сожалению, большинство из нас подавляет свои стрессы, чтобы никто не заметил. Подавляемые стрессы материализуются в два физических чувства: **в боль и нечувствительность**. Всякая эмоция может превратиться в боль. Борьба против боли любыми средствами приводит к нечувствительности. **Нечувствительность – это самое страшное чувство, которое может испытывать человек.**

Представьте себе, что каждая первичная частица болезни подобна молекуле, атому или мельчайшей элементарной частице, из которой болезнь состоит. Если Вы высвобождаете содержащиеся в ней положительные или отрицательные заряды, она изменяется. Высвобождается стресс за стрессом, одна элементарная частица за другой, атом за атомом, молекула за молекулой. Суммарное количество больных клеток уменьшается, и сами они разрежаются, разжижаются. Плотность металла разрежается до плотности камня. Плотность камня – до плотности дерева. Плотность дерева – до плотности жидкости. Чем менее густой делается жидкость, тем она чище. В некий момент получается прозрачная лимфа. Так благодаря прощению улетучивается болезнь.

Веря в себя и неспешно занимаясь собой, Вы поправляетесь, не замечая ничего особенного. Боли либо обострение болезни возникают в том случае, *если Вы желаете от болезни избавиться, исторгнуть ее из себя*. Отчаяние взрывается, подобно бомбе, и приводит в движение лавину. Пусть это всего лишь лавина грязи, но если Вы окажетесь у нее на пути, будет ой как больно. **Не понимая разницы между высвобождением и избавлением, Вы испытываете разочарование**, поскольку, по Вашему мнению, делали так, как я учила. Если Вы совершили ошибку и признаетесь себе в этом, то сумеете возблагодарить небеса за то, что энергии пришли в движение. Боль является плохой стороной этого хорошего, но она уменьшается, если не относиться к ней отрицательно.

Если Вы желаете отделаться полегче и начинаете оправдывать себя собственным незнанием, глупостью, неумением, беспомощностью, неспособностью, а также внешними факторами, то это не поможет. Вместо этого начинайте заниматься своими стрессами. Потраченное на это время окупится во сто крат в виде Вашего здоровья, счастья и удачливости.

Потерянное время становится вновь обретенным временем.

Благодаря обретенному времени Вы уже никогда не скажете, что потеряли время попусту из-за болезни.

Существует много стрессов, т. е. чувств, которых человек не ощущает. Одно из самых распространенных утверждений звучит так: **«Я не боюсь того, что меня не любят. Я знаю, что меня не любят»**. Заметьте: человек не боится, потому что знает. Насколько его зна-

ние достоверно, в это он не углубляется. Он не чувствует – он знает. Причем он уверен в том, что прав. Такое знание подобно куску льда, спрессованному из холодного воздуха. **Страх спрессовывается в знание.** Знайте, что Вас нельзя не любить как человека, но совсем другое дело, когда кое-кому не по душе конкретный Ваш поступок. Если, будучи ребенком, Вы не заглушали бы в себе страхи из желания стать смелым, то они не обратились бы в знание. Если кто-то заявляет Вам в лицо, что не любит Вас, то знайте, что Вы сами спровоцировали его на эти слова в свой адрес. Вашему страху, что меня не любят, захотелось убедиться в том, что любят, и Вы получили то, чего боялись: знание, что меня не любят. Заикнулись на нем, и дальше этого мысли не пошли.

Всякое знание – это подавляемый страх. Он также именуется смелостью. **Знания делают человека смелее, смелость делает человека умнее.** Смелость и ум – это хорошие вещи, которые улучшают жизнь. *Будь такая логика правильной, люди были бы здоровыми и счастливыми.* Жизнь доказывает, что подобная логика хромает, судя по тому, что болезни становятся все более тяжелыми и сложными.

Испуганный человек желает быть смелым. Он считает, что, чем больше у него всякого добра, тем безопасней живет. Он защищает себя приобретенным умом, богатством и красотой, не понимая того, почему он страшится их лишиться. Защищая свой ум, богатство и красоту, человек добивается того, что они оборачиваются глупостью, нищетой и уродством. Происходит это по-разному. Если человек абсолютно уверен в том, что он красив, умен и богат, то налицо подавляемый до бесчувственности страх, он же смелость, или эгоизм, который причиняет человеку величайшие страдания.

Испуганный человек желает все знать. Ему кажется, что, если знать, кто к нему плохо относится, будет не так страшно. Ближним же он повторяет банальную истину, что дураку живется легко: кто не знает, тот не боится. Человек, находящийся в состоянии постоянной напряженной самообороны, настолько свыкается с ним, что считает его нормальным. Когда приходит болезнь, она воспринимается как ошибка, несправедливость. Такое суждение естественно для человека, пребывающего в состоянии неослабной самообороны из-за плохого к себе отношения. Суждение это – очередное бесполезное знание, а потому оно причиняет вред.

Человек, который высвобождает свое знание, ощущает, в какой степени он сам спровоцировал ближнего на такое к себе отношение. **Ощущение достоверности своего знания приносит успокоение.**

Незнание жизни вынуждает людей узнавать о ней как можно больше. Признавая только свои знания, они считают себя непогрешимыми, но не сознают того, что знание подобно солнечному лучу, исходящему из некоей центральной точки. Это знание можно развивать научно до бесконечности. Именуя это знание хорошим, применяя его на практике, люди неизбежно приходят к выводу, что есть и обратная сторона медали. Так приходят к философскому мышлению.

Философское знание подобно бесконечной прямой, состоящей из видимого и невидимого солнечного луча. Говоря о каждом луче в отдельности, умничая с важным видом, мы ходим, словно кот вокруг горячей каши, но суть дела не проясняется. Лишь высвобождая свои знания, мы подходим к такому моменту, когда суть улавливается нашими чувствами. Мы чувствуем, что говорим о вещи, которая является источником излучения, подобно солнцу. Мы можем рассказывать о солнце все, что знаем, можем смотреть на него, но если сосредоточиться и попробовать его прочувствовать, мы ощутим нечто такое, чего

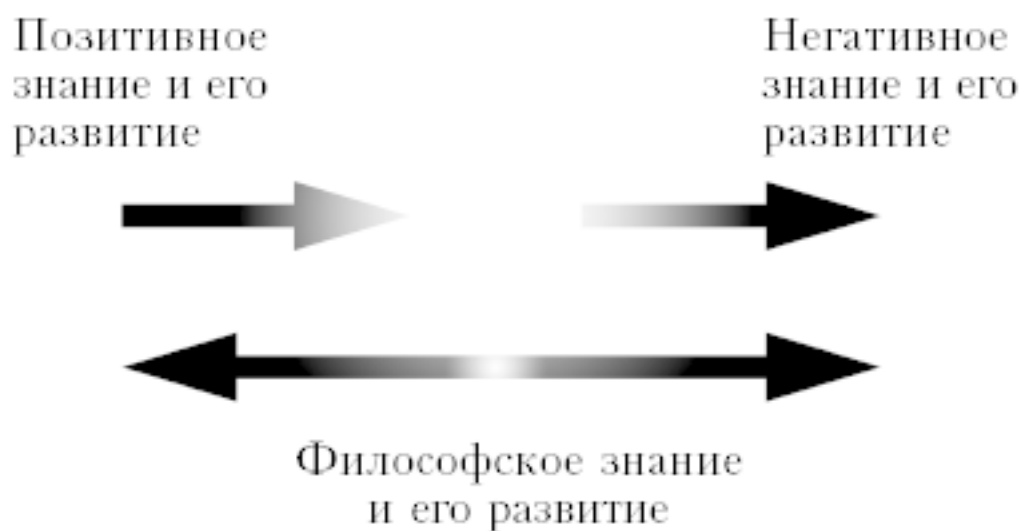
не выразить словами. Отыскивая подоплеку этого чувства, мы сможем обнаружить в солнце нечто новое.

О своем открытии мы можем произносить долгие ученые речи, но если солнце почувствовать снова и снова, мы всякий раз будем ощущать нечто новое. Отыскивая этому новому соответствие на физическом уровне, мы будем открывать все более мелкие частицы материи, которых раньше как будто и не было. Обнаружили мы их благодаря чувствам.

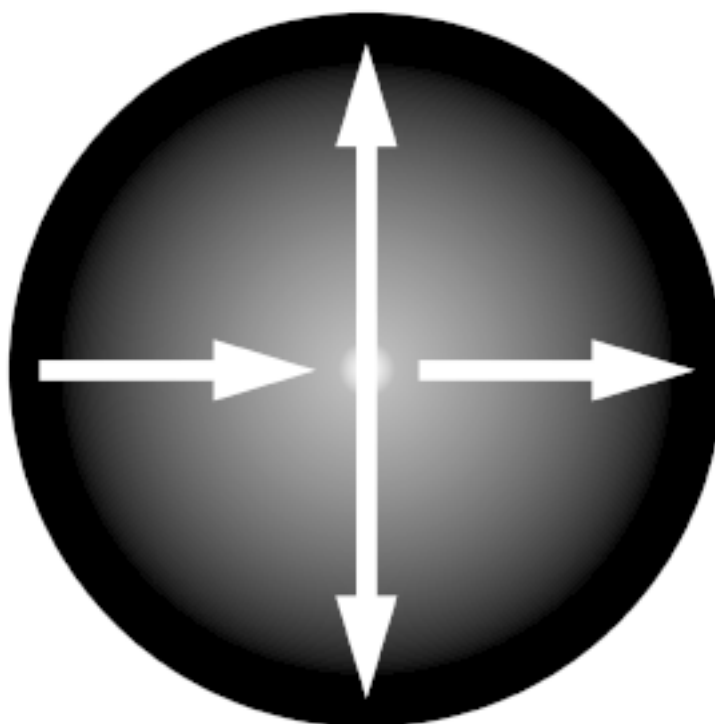
Новые открытия всегда основываются на чувствах, интуиции.

Таким же малоизученным источником излучения является человек, каждый из нас. Мы знаем о себе как будто все, но вот происходит неожиданное событие, и выясняется, что мы не знаем о себе ничего. В своем желании быть смелыми мы цепляемся за свои знания, и они подводят нас, как водится, в самый неподходящий момент. Высвобождая свои знания о себе, мы лучше себя узнаем. Меняются представления, за которые мы цеплялись прежде, и меньше становится страданий.

Материальное понимание жизни является частицей истины



...которая отделена от целого



Жизненная правда

**Высвобождение знаний
позволяет познать
единую суть энергий.
Полнейшая свобода
позволяет ощущать каждую энергию
в виде источника излучения,
чье действие безгранично.**

Кто предпочитает научное обоснование жизни, тем я постараюсь объяснить то же несколько иначе. Для этого воспользуюсь определениями, приведенными в «Эстонской энциклопедии» и раскрывающими содержание понятий. Чтобы не усложнять дело, воспользуюсь наиболее известными из них. Обратите внимание также на первоначальное значение названий научных понятий, ибо оно не случайно. Каждое слово имеет бесконечно глубокое значение. Названия не берутся учеными с потолка.

Научные понятия	Смысловое значение
Вещество — форма материи, характеризующаяся отличной от нуля массой состояния покоя и относительной стабильностью. Противоположностью вещества является <i>поле</i>. К составляющим вещества относятся в первую очередь протон, нейтрон и электрон.	Земная жизнь как целое состоит из земной и <i>духовной</i> граней, но если ее оценивать материально, происходит противопоставление этих составляющих.
Элемент (лат. <i>elementum</i> — <i>стихия, первоначальное вещество</i>). Наиболее известным является учение о четырех природных элементах: огне, воде, воздухе и земле.	Все материальные вещества состоят из элементов, а те, в свою очередь, из молекул. Не будь всех духовных первоначальных сил, материя распалась бы.
Молекула — наименьшая электрически нейтральная частица вещества, существующая самостоятельно в нормальных условиях, которая обладает свойствами этого вещества.	Смысл жизни как раз и является собой первоначальную жизненную силу, состоящую из всех находящихся в гармонии элементов.
Вещества состоят из элементов, элементы состоят из молекул, молекулы состоят из атомов.	Человеческий микрокосм — частица жизни, способная к самостоятельной жизни в нормальных условиях, т. е. в условиях мира, и в широком плане идентичная макрокосмосу. Смысл жизни складывается из принципов, которые, если они созвучны времени, действуют подобно атомным электро-

Элементарная частица — фундаментальная частица, самая простая частица первозданной силы, или элемента.

Все вещества состоят из молекул. **Молекула** (лат. *moles* — *масса*) — наименьшая электрически нейтральная частица вещества, существующая самостоятельно в нормальных условиях, устойчивая динамическая система, образуемая одинаковыми либо различными атомными ядрами и электронами, внутренняя сила взаимовлияния которой превосходит силу влияния на окружающую среду.

Устойчивость молекул по классической модели определяется, в первую очередь, связями между атомами, расположенными в определенном порядке. Молекула состоит из атомов.

станциям, но если закосневают, оборачиваются атомными бомбами как внутри человека, так и вне его. Принципы формируются из **представлений**, которые оценивают ту или иную вещь как **хорошую, плохую** или **нормальную** и в этой оценке подвержены влиянию многих внешних факторов.

Наипростейшая частица жизни, на которой основывается вся жизнь. Является **смыслом жизни, основой жизни**, ее фундаментом.

Как **здоровье**, так и **болезнь** являют собой вещества, состоящие из элементарных частиц, которые объединяются прежде всего в представления, затем в принципы и затем в смысл жизни. Каков у человека смысл жизни, такова и его жизнь. Внутренние противоречия у человека всегда сильнее, чем противоречия с окружающей средой. Кто не видит вглубь, тот считает иначе — соответственно своему пониманию, своим представлениям.

Если принципы у человека разумные, а значит, уравновешенные, то его связи с окружающей жизнью в порядке и с ним самим все в порядке. Как человек он тогда вечен. Можно сказать, что человек состоит из своих представлений, ибо от них зависит его судьба.

Молекулярная сила является собой электромагнитную силу, зависящую от строения молекул, удаленности друг от друга и центров и взаимной ориентации молекул. При меньшей удаленности перевешивает сила отталкивания, при большей удаленности — сила притяжения.

Атом (от греч. *atomos* — *неделимый*) — мельчайшая частица химического элемента. Атомы отличаются друг от друга массой и составом, а также обусловленными этим физическими и химическими свойствами. Атом состоит из *положительно* заряженного ядра, вокруг которого движутся *отрицательно* заряженные электроны, образующие электронные оболочки. У нейтрального атома число электронов равняется числу протонов в ядре. *Атомы могут присоединять или отдавать электроны, становясь отрицательно или положительно заряженными ионами.*

Электрический ток — направленное движение заряженных частиц.

Соответственно энергиям, из которых человек состоит, он либо притягивает, либо отталкивает того, с кем в данный момент общается. Усваивая азы общения, люди еще не умеют общаться гармонично, взаимодополняя друг друга, а потому и тянутся друг к другу, когда их разделяет большое расстояние, и друг друга отталкивают, когда находятся рядом. При полном сходстве происходит единение. При усилении разногласий люди расходятся.

Представления людей различаются по материальным и душевным аспектам житейского опыта, которые влияют на черты характера. Чем добрее душа, тем хуже окружение, и оно никогда не дает покоя. Чем человек лучшего о себе мнения, тем больше в нем сидит страхов, притягивающих то, чего он боится. Привходящая негативность — плохое — вынуждает человека целеустремленно двигаться. Чем больше плохого, тем больше ориентир превращается в цель. *При уменьшении или возрастании негативности начинается движение в сторону уравнивания.*

Упорядоченное движение мыслей есть созидание. **Целеустремленное движение мыслей**, т. е. движение, ориентированное исключительно на цель, есть разрушение.

Элементарная, или фундаментальная, **частица** — мельчайшая частица физической материи, имеющая либо не имеющая структуру и участвующая как неделимое целое во всех известных современных физических процессах. Всего открыто более 350 элементарных частиц, и их число постоянно растет. Не исключено, что их огромное множество.

Ядерные и элементарные частицы могут превращаться друг в друга в соответствии с законом сохранения массы и энергии.

Электрофильность (греч. *elektron* — янтарь, оно же внутреннее движение, и *phileo* — люблю) — способность частицы (катиона, молекулы, радикала), обладающей свободным одноэлектронным состоянием, связывать электроны, отчего эта частица начинает двигаться в противоположном направлении.

Простых мыслей бесконечно много. Прокручивая их, мы размышляем о жизни. Не уверена, насчитаю ли я 350 простых мыслей. Размышляя о жизни без оценочных суждений, мы сохраняем жизнь в движении, что обеспечивает сохранность нашей жизни. Стоит нам заикнуться на этих мыслях, как мы начинаем разрушать фундамент собственной жизни.

Стрессы изменяются и меняют свое название, однако совокупная энергия жизни остается прежней. Любое изменение материального уровня, которое выходит за пределы нормы, можно мысленно изменить таким образом, что оно вернется в пределы нормы. Любую болезнь можно излечить с помощью мыслей.

На свете может быть немало плохого, однако все наладить способна любовь — внутреннее уравновешенное движение человека. Любовь притягивает к себе хорошее, что заключено в плохом, и в результате плохое уравновешивается, изменяя свою суть и свои действия.

Душа и дыхание

Душу и дыхание обычно не принято увязывать друг с другом, несмотря на то, что в эстонском языке эти слова имеют общий корень, и это могло бы навести на мысль, что и то и другое являют собой принципиально ту же энергию. Покуда человек дышит, душа его движется. Движение и есть жизнь. До тех пор, пока душа движется внутрь и наружу, в теле поддерживается жизнь. То, что мы вдыхаем, в это же потихоньку и превращаемся. Окружающая атмосфера, как в духовном, так и в земном смысле, незаметно преображает человека. Начиная познавать свои потребности, мы учимся не оставлять в себе атмосферу, которую вдыхаем, а, наоборот, выдыхать ее. Покуда этого не происходит, человек по привычке цепляется за все, что ему досталось, до тех пор, пока чаша не переполнится.

Когда переполняется чаша материальности, для души уже не остается места, и она вынуждена уйти, чтобы, освободившись от тела, двигаться дальше. Кто из них страдает? Уже никто не страдает, потому что *тело без души ничего не чувствует*. С момента освобождения находящаяся в сфере духа *бестелесная душа* может делать выводы из пережитого, уже не подгоняемая страхами и нехваткой времени.

Движение души, или дыхание, регулируется диафрагмой.

Душа появляется на свете для того, чтобы возвыситься – развиваться от состояния неуравновешенности до состояния уравновешенности, т. е. чтобы стать духом. Под воздействием страхов возвышение оборачивается унижением. Униженность вызывает воспалительный процесс. От невыносимой униженности развивается гнойное воспаление. Следовательно, *своими страхами мы унижаем себя и причиняем себе воспаление, причину которого принимаемся искать вовне, унижая тем самым материального возбудителя воспаления*. Можно сказать, что униженность является базовой энергией всех болезней.

Человек дышит правильно, если понимает, что такое справедливость и что такое правда. **Уравновешенный** человек видит, что жизнь справедлива, что каждый получает то, чего заслуживает. Так оно было всегда. Он видит умирающего ребенка и понимает, что этот ребенок добровольно явился на свет, чтобы именно таким образом искупить свой кармический долг. Если из всех возможностей эта – наиболее трудная, то помочь ему не в силах никто, кроме его родителей, которые через болезнь ребенка искупают *собственный* кармический долг. Они могли бы помочь, но если они не *умеют*, если у них нет веры либо нет желания, то долг кармы ими не искупается, а переносится в будущую жизнь. Не искупиться он не может. ***Близкие могут помочь облегчить жизнь, но прожить ее за другого не могут.*** Так реализуется принцип жизненной справедливости.

Испуганный человек всегда считает,
что именно сейчас времена – хуже некуда,
и что он всегда делает больше, чем получает,
и что жизнь к нему предвзята и несправедлива.

Если Вы считаете себя смелым, но думаете точно так же, то напомним, что **СМЕЛОСТЬ – ЭТО НАИСИЛЬНЕЙШИЙ СТРАХ, КОТОРЫЙ НЕ ОЩУЩАЕТСЯ КАК СТРАХ, ПОТОМУ ЧТО ПОДАВЛЯЕТСЯ.**

Такая смелость и впрямь способна сотворить многое, чтобы *получить хорошее*. Но ее, возможно, наивысшие деяния имеют целью выслужить любовь, что не приносит счастья. Впустую потраченная энергия рождает чувство несправедливости, которое ведет к

борьбе против несправедливости, именуемой борьбой за права человека. Борющемся против несправедливости человеку повсюду видится несправедливость, и он ощущает себя приниженным, если не получает того, чего желает. Поэтому он способен во имя жизни тащить в суд любого, в ком видит притеснителя, то есть в ком видит себя. *Самое большое притеснение – это притеснение самого себя страхами.*

Страх оказаться виноватым является наисильнейшим притеснителем человека.

Диафрагма испуганного человека отражает проблемы дискриминации, предвзятости и несправедливости. Кто боится оказаться дискриминированным, у того диафрагма напряжена и не дает правильно дышать. Людей учат дышать правильно, но пользы от этого мало. По всему миру открыты школы и курсы **освобождающего дыхания**, именуемого *rebirthing*, где обучают высвобождать стрессы путем специальных дыхательных упражнений. Я им занималась и считаю это прекрасным способом выявления и высвобождения скопившихся в подсознании стрессов. Вместе с тем я знаю, что *для этого нужно специальное время и место*, а ведь правильно дышать следовало бы постоянно. Я стала искать альтернативу и теперь знаю, что тот, кто высвобождает сдерживаемую **энергию дискриминации, предвзятости и несправедливости**, начинает дышать все более правильно.

Освобождающее дыхание представляет собой непрерывное дыхание. Представьте себе большое кольцо, которое проходит вертикально сквозь Ваше тело и частью которого Ваше тело является. Вы дышите через кольцо – *вдыхаете через ступни и выдыхаете через темя*. Выдох движется по кольцу вниз к ступням, и оттуда Вы вдыхаете вновь. *Следите за тем, чтобы конец выдоха сразу же без паузы переходил в начало вдоха.*

Можно дышать и наоборот – вдыхать через темя и выдыхать через ступни. Оба способа правильны и необходимы. Так вместе с дыханием Вы направляет поток энергий. *Важно следить за тем, чтобы вдох плавно переходил в выдох и наоборот и чтобы ритм оставался тем же, что и при обычном дыхании.* Еще лучше дышать медленнее. В школах и на курсах обучают дыханию, имеющему определенную направленность, в разном ритме и с разной глубиной, но *этого нельзя делать без подготовки.*

Можно вдыхать и выдыхать через больное место. Можно вдыхать всем телом и выдыхать также всем телом – направляя выдох из центральной точки лучеобразно во всех направлениях. Такое дыхание может на миг возникнуть само собой, когда человек занимается высвобождением своей гордыни, стыда, безысходности, неспособности принимать решения. В принципе такое дыхание бывает у святых. Чтобы этого достичь, нужно долго работать над собой.

Испуганный человек дышит прерывисто. После каждого вдоха или выдоха возникает короткая пауза – дыхательный спазм, свидетельствующий о том, что в человеке сидит *страх получить плохое* или *страх лишиться хорошего*. Так хорошее, которое человек вдыхает, остается внутри и становится пленником, т. е. плохим. Плохое, которое следовало выдохнуть, не выходит наружу, а отлагается в теле в виде вредного шлака. Уже одним таким неправильным дыханием мы нагнетаем в себе болезни. Вдобавок к этому питаемся мы тоже неправильно – не то едим и не то пьем. Да и очищаться умеем лишь внешне, не сознавая того, что это – лишь крохотная часть процесса очищения. А все потому, что мы живем со страхами.

Мы нередко говорим применительно к исчезнувшему человеку или предмету, что он испарился или что его будто ветром *сдуло*. Например, хворь как ветром сдуло. Была и нет ее – прошла за ночь. Если проблема, томившая душу, к вечеру прояснилась и разрешилась, то наутро от легкого недомогания не остается и следа, словно его ветром сдуло или, выражаясь иначе, словно больной выдохнул его из себя. И действительно – выдохнул. Если это произошло подсознательно, то недомогания, возможно, и не заметили и тут же про него забыли.

Поскольку человек – существо мыслящее, и ему необходимо до всего дойти своим умом, то при рецидиве той же болезни ее уже так просто не выдохнешь. Целесообразнее всего выдыхать болезнь органов дыхания путем сознательной регуляции самого дыхания. Когда человек принимается докапываться до причин заболевания своих дыхательных органов, из диафрагмы начинает автоматически высвобождаться энергия несправедливости. И если он задается вопросом, чему же хочет научить его болезнь, то болезнь перестает быть несправедливостью. Почему? Потому что болезнь впитала в себя мысль человека и превратилась в наставника.

Диафрагма координирует дыхание. Без ее участия воздух не поступает в легкие и не выводится из легких наружу.

Иными словами, без нее свобода, т. е. свободное движение души внутрь и наружу, превращается в смерть. А деятельность диафрагмы напрямую зависит от представлений человека.

Поскольку о диафрагме, она же грудобрюшная преграда, обычно не говорится, расскажу вкратце о ее строении. Она представляет собой орган из мышечной ткани. Мышцы крепятся к стенке грудной клетки на уровне нижних ребер и первых поясничных позвонков. Мышцы простираются к центру и переходят в сухожильную, или соединительную, ткань, в которой расположены отверстия для пищевода, всех кровеносных сосудов, нервных волокон и лимфатических сосудов, соединяющих верхнюю и нижнюю части тела. Диафрагма имеет выпуклую куполообразную форму. Сверху она выстлана легочной плеврой и околосердечной сумкой, а снизу – брюшиной. Известно, что основной функцией диафрагмы является дыхательная, однако если у человека поражаются органы дыхания, то патология диафрагмы обычно остается без внимания. Поскольку зачастую патология эта лишь энергетическая, то становится понятным, почему ее не выявляют медицинским способом.

Чем больше человек *заставляет* себя возвыситься, т. е. стать лучше, тем сильнее он тянет диафрагму кверху. Может и порвать. Чем сильнее человек заставляет себя унижаться перед ближним, чтобы тому понравиться, чтобы выслужить его любовь и зажить лучше, тем сильнее он продавливает диафрагму книзу. Силой вывернуть купол наизнанку, т. е. перевернуть жизнь, не удавалось еще никому. Кто очень этого хочет, тот умирает.

Купол обладает энергией вознесения. Он является такой же полусферой, что и небесный свод над нами. Вероятно, Вы ощущали благословенное чувство, когда стояли в церкви под куполом. К сожалению, в большинстве церквей под куполом располагается алтарь, и простые смертные не имеют права там находиться. Зато Бог не запрещает никому из нас стоять под его куполом, т.е. под небесным сводом, и принимать от него благословение.

Купол есть святость, он же духовный свет, а его противоположностью является стыд, он же мрак, чернота.

Деформированный купол обладает энергией **подавленной приниженности**. Все земные купола могут приобретать неправильные пропорции, деформироваться, обваливаться, поэтому на них нельзя полагаться. На небесный же купол можете полагаться всегда. В момент вознесения легкие у человека утрачивают напряжение и становятся настолько вместительными, что большего и не надо. Чувство святости возвышает.

Освободите из плена страха свою вознесенность, святость, и Вы ощутите, что значит «Я живу».

Диафрагма символизирует состояние отношений между свободой (легкими), любовью (сердцем) и властью (печенью). Государство – это орган власти, против которого вечно протестуют, ибо протест против принуждения рождается подсознательно, автоматически. Протест порождается страхом. *Сами боимся, сами протестуем и сами являемся* государством. Поэтому все эти процессы и происходят в теле у каждого из нас. Чем сильнее человек страшится рабства, тем сильнее на него давит государство, и тем сильнее снизу вверх давит печень. Покуда не перехватывает дыхание. Государство с его благими намерениями вынуждено преследовать человека до тех пор, пока он не поймет, что государство необходимо, ибо люди еще не научились жить иначе. Поскольку Вы боитесь людей, которые Вас притесняют, то как только эти люди усваивают смысл государства, Ваши страхи множатся.

Это означает следующее: *чем больше число людей, которых Вы боитесь*, которым не доверяете, которые, как Вам кажется, не желают Вам добра либо желают зла, которые стремятся высмеять Ваши знания и умения, *тем больше Вас беспокоит печень*. Эти люди являются собой частицу государства, в котором Вы живете. Если Вы *стараетесь не поддаваться*, диафрагму охватывает спазм, тогда как печень продолжает давить снизу, потому что своим судорожным страхом Вы притягиваете к себе нападающих. Чем отважнее пытаетесь оказать сопротивление, тем сильнее печень увеличивается или уплотняется, поскольку к своим притеснителям Вы наверняка относитесь с ненавистью. А что своих чувств не высказываете, речь сейчас не об этом. Печень – она тоже глазу не видна.

Многие называют своих недругов – чтобы не сказать врагов – одним общим словом: материалисты. Что непременно включает в себя также и понятие денег. Сколь бы Вы ни были доброжелательны к окружающим, но если они мешают Вам заниматься своим делом – выполнять, как говорится, свою миссию – то Вам становится трудно дышать. Чтобы сделать вдох, Вам приходится как бы надавить на печень сверху, чтобы она вернулась на свое место. Само по себе давление не есть энергия принижения. Это то же самое, как если бы своей одухотворенностью Вы унизили материалистов, и они вынуждены были бы оказывать на Вас давление, чтобы Вы растолковали им духовные премудрости, ибо они тоже испытывают потребность возвыситься. Это то же самое, как если бы власть тоже потребовала для себя свободы. Поскольку иначе она не умеет, то и считает, что свобода – это когда печень поднимается до уровня легкого.

Эти энергии можно высвобождать по-разному. *Можете высвободить свободу и власть, а также печень, сердце и легкие – высвободить как энергии*. Если свобода хочет быть превыше всего, это действительно страшно. Если свобода, она же любовь, превращается в злобу, то может грянуть гром среди ясного неба и разверзнуться земля.

Подлинная свобода подобна небу, окружающему землю, и ее нельзя притеснять.

Кажущаяся свобода подобна земле, которая вознамерилась стать небом. Если это не удастся, значит, налицо притеснение. Кто этому мешает, тот и есть притеснитель. Желание обрести свободу словно взрывает тело человека изнутри и расшвыривает фрагменты по небу. Человека словно и нет вовсе. А есть разгневанное существо, которое уже и не человек, а животное. У разгневанного человека желчь выплескивается в кровь и разносится по всему телу. Кто занимается исправлением своего умонастроения, тот не провоцирует других и того другие не провоцируют на взрыв. Он перестает быть притесняемым.

Когда нет притеснения, не возникает отчаяния. Эти два стресса подобны двум драчунам, которые через диафрагму вслепую обмениваются тумаками по принципу «кто кого». Оба не терпят ни пристрастного отношения, ни несправедливости. **Притеснение** держит железной хваткой IV чакру и заставляет человека бороться за свои права, как за воздух. При

этом человек не догадывается, что если кто его и притесняет, так это он сам. Борьба против притеснения всегда ведет к отчаянию, железной хваткой подчиняющему себе III чакру. **Отчаяние** приостанавливает жизнедеятельность, чтобы человек поразмышлял над своей жизнью. Когда человек не может уже ничего делать, то думать он все-таки может.

Притеснение видит в противнике несправедливость.

Отчаяние видит в противнике пристрастное отношение.

Находящаяся между ними диафрагма служит той стеной, той мишенью, в которую выстреливаются оценочные суждения. *Над диафрагмой нагнетается несправедливость, а под ней – пристрастность.* Различие между ними ощущается тонко чувствующими людьми при добавлении других стрессов. Для людей менее чувствительных все это – одна большая мешанина. *Зная о существовании этих стрессов и высвобождая их, Вы все же сможете ощутить различие между ними.*

В наше время «притеснение» стало модным словечком. Все вокруг борются против притеснения и притеснителей, не понимая того, что борются в первую очередь против самих себя. Если человек чувствует, что его притесняют, то его притесняют даже тогда, когда никто его не притесняет. Определяющим является чувство. *Кто испытывает чувство притеснения, тому притеснитель мерещится и там, где его нет.* Так, ребенку кажется, что его притесняют родители. Ученику – что его притесняют учителя. Работнику – что притесняет начальство. Борьба против притеснителей ведется как духовно, так и физически. Притеснители впадают в отчаяние и чувствуют, что их притесняют. Правы обе стороны, но истина состоит в том, что страх оказаться притеснителем и страх оказаться притесняемым обитает в душе у каждого человека, из-за чего люди оказываются все менее способными управлять собой.

Итак, диафрагма принимает активное участие в процессе дыхания, и если вдруг возникает страх перед пристрастным отношением и несправедливостью, то **от страха перехватывает дыхание.** Пусть даже человек в этот миг и не размышляет о проблеме пристрастности либо несправедливости. Решено – сделано. Неважно, когда именно решено. *Невысвобожденная энергия всегда обнаруживает себя в самое неподходящее время – в этом можете быть уверены.*

Если Вы испытываете *желание спокойно и мирно выстоять*, то скоро Вас посетит **печальное чувство, что людей постоянно дискриминируют**, что богатого считают лучше бедного, умного – лучше глупого, старого – лучше молодого, красивого – лучше некрасивого, белую расу – лучше черной, Вашего брата – лучше Вас, Вас – лучше Вашей сестры, мать – лучше отца или наоборот и т. п. Печаль из-за подобной несправедливости ведет к вздутию диафрагмы, которое может быть чрезвычайно сильным. Столь сильным, что может быть видным невооруженным глазом, однако это часто списывают на излишки веса. Лишь у очень худых людей можно заподозрить на уровне нижних ребер **кольцеобразное вздутие.** Мои слова об отеке, или вздутии, диафрагмы большинство медиков, очевидно, сочтет смехотворным.

Диафрагма делит тело пополам. Кто делит жизнь в ее цельности на прошлое и будущее, земное и духовное, у того постоянные проблемы с диафрагмой. Кто *говорит* о прошлом и будущем по отдельности, тот не умеет жить в настоящем и у того в большей или меньшей степени поражается диафрагма. Диафрагма здорова у тех, кто просто живет, обходясь без пустозвонства.

Поскольку все проблемы проистекают из страха, то и диафрагма может пребывать в напряжении вследствие страха. Внезапно возникшее напряжение может ощущаться как спазм, который не дает дышать. В такой ситуации человек принимается двигать вверх-вниз плечами, раздувая легкие, как меха у гармошки. Если же человек не додумывается до этого приема, то может задохнуться. *Постоянное напряжение диафрагмы, вызываемое страхом, свойственно людям, которые постоянно теряют в весе.* Они боятся дискриминации, предвзятости и несправедливости, однако не будут отстаивать перед обидчиком свое место либо чужое моральное право ни криком, ни кулаками, ни оружием.

Спазматические сокращения диафрагмы – икота – обычно считаются безобидным явлением. Если икота случается часто и длится часами, человек по ее завершении ощущает себя совершенно разбитым и понимает, что дело далеко не шуточное. **Икота** выражает страх по поводу утраты смысла жизни, а это – дело серьезное. Да и сама жизнь – дело серьезное, однако относиться к ней со смертельной серьезностью тоже не следует. Вот и икающего человека стараются рассмешить. Ему говорят: *«Припомни, когда ты в последний раз видел лошадь сиреновой масти и в какую сторону был повернут ее зад?»* И человек задумывается.

Да так задумывается, что забывает про икоту. Может, припомнил-таки лошадь, может, нет, но икота прошла. Что это означает? А то, что, *если человек находится в состоянии душевного кризиса, ему следует дать некое конкретное, связанное с мыслительными операциями задание, невыполнение которого само по себе не включает в себе ничего трагического.* При икоте также говорят: кто-то обо мне вспоминает. Если человек преисполнен радостной надеждой, то от одной лишь попытки определить, кто же о нем думает, икота прекращается.

Икающего младенца, в том числе грудного возраста, конечно же, такие мысли не посещают. Детская душа распознает приближение очередной родительской ссоры. Когда родители начинают себя накручивать, ребенок принимается икать, чтобы родителей вразумить. Матери очень сильно раздражаются из-за детской икоты, но если в своем раздражении мать перестает думать об отце, то икота прекращается. А стоит прежней мысли вернуться, как ребенок снова начинает икать и может икать целый день.

Положение становится чрезвычайно серьезным, когда тяжело больной человек икает целыми днями и никакая шутка, никакое развлечение не приносит облегчения. Если человек приговорил себя к смерти, оптимистическими речами его не расшевелить. Оптимизм навевает на него печаль, а печаль превращается в злобу на собственный недуг, которая не позволяет радоваться вместе с другими! Печаль ведет к отеку печени, а злоба вызывает в печени внутренний огонь, что в совокупности усиливает раздражение диафрагмы. В такой ситуации нужно глядеть правде в глаза и откровенно говорить о жизни, о том, что в прошлом было хорошего, а что – плохого.

Если у человека в одной половине тела перекрываются **расположенные вертикально энергетические каналы**, то это еще не беда, так как каналы второй половины помогают жить дальше. Если же перекрывается перекрестный канал, это конец. Перекрестный канал – это не что иное, как канал диафрагмы. Обычно об этом не говорят. В восточных учениях, распространившихся и у нас, речь в основном идет о вертикальных каналах, ибо так лечат физическое тело и на Востоке. О лечении мыслями как наивысшей ступени излечения, характерной для восточной философии, мне говорили многие из тех, кто интересуется духовным развитием и кому в руки попадает соответствующая литература.

Если человек болен, поражается и диафрагма. Но **если заболевает только верхняя либо только нижняя часть тела**, то энергия диафрагмы непременно блокируется в большей или меньшей степени. Например, при отечности нижней части тела, непропорциональном увеличении либо иных симптомах опухания скопившаяся в нижней части тела энергия

не может двигаться по всему телу. Это значит, что земная энергия не в состоянии подняться вверх, поскольку человек является пленником материального уровня. Такой человек **борется с несправедливостью, восставая против нее стеной**. Свою материальность он считает явлением отрицательным и хотел бы от нее избавиться, но земля его не отпускает.

Материальности известно, что если человека отпустить, он, недолго думая, бросится туда, где, как считает, ему будет хорошо, а значит – на небеса. Но ведь это смерть.

Пока время еще не подошло, высвобождайте потихоньку материальность, и нижняя часть тела исцелится. Итак, **желание убежать от материальности, которая затрудняет жизнь, но при этом так, чтобы материальные блага приумножились, концентрируется в нижней части тела в виде болезни**.

Человек с материальными взглядами, не готовый еще к духовности и потому к ней не торопящийся, живет себе на свете здоровый и радостный и не ведает горя. Если он доволен своей жизнью, то для жизни и здоровья ему хватает земной жизни. Ведь в подсознании им руководит все-таки дух, и человек делает что надо, чтобы жизнь наладилась.

Явления отечности, в том числе ожирение, либо скопление **болезней, поражающих только верхнюю часть тела**, означают, что человек испытывает **страх перед несправедливостью**, который культивирует в себе. Его молчаливый протест против несправедливости превращает верхнюю поверхность диафрагмы в труднопроницаемую энергетическую стену, и в верхней части тела скапливается тем больше жидкости, чем сильнее печальное нежелание человека опуститься столь низко. Верхняя часть тела неуклонно увеличивается в объеме всякий раз, когда человек при виде непристойности, низости, пошлости и безобразия дает себе клятву, что **уж он-то никогда не падет столь низко, поскольку запретил себе подобное**.

С детьми, которые в один прекрасный день начинают думать своей головой и оценивать окружающее, происходят буквально зримые физические изменения. Эти дети борются с желанием убежать из дома, где процветают хамство и невежество, и с желанием никогда не опускаться до уровня своих родителей. В результате развиваются всевозможные болезни в грудной области. Итак, никогда не обещайте, что уж Вы-то столь низко не падете. Если пообещаете, то падете, поскольку к этому вынудит Вас стресс. Лучше высвободите свой страх перед несправедливостью, а также самоуверенность, которая обещает Вам, что низко Вы не падете. Знайте, что самоуверенность есть стресс, который сыплет обещаниями, но, увы, невыполнимыми.

Особенно велик этот стресс у тех, кто считает себя человеком духовным. Бремя несправедливости, которое мы приносим с собой из предыдущих жизней и из-за которого в жизни нынешней видим больше несправедливости, чем следует, является проблемой житейского уровня.

Когда мы, *спасаясь от материальности бегством в духовность*, начинаем считать себя духовными, то к материалистам относимся как к чему-то особенно низменному, но не видим того, что сами продолжаем обеими ногами стоять на земле. Не парим в небесах ангелочками.

Страх скатиться вновь до чисто материального уровня заставляет человека поклясться, что он никогда не падет столь низко. Так человек, считающий себя духовным, укрепляется в чувстве превосходства над материалистами, и жизнь непременно поставит его на место – руками материалистов.

Немало таких, кого называют **завистниками**. Человек во всех отношениях положительный, т. е. желающий быть лучше других, говорящий о своих неудачах и бедах и постоянно сравнивающий их с чужим везеньем, может источать нескрываемую зависть. Если он

воспринимает неравенство как несправедливость, на него поочередно валятся беды, одна хуже другой, поскольку человек упорствует в своем мнении и жизнь его не клеится. Чем более откровенны и злобны его сетования, тем опаснее развивающаяся у него **открытая форма туберкулеза легких**, что на сегодняшний день во всем мире встречается все чаще и чаще, несмотря на наличие хороших лекарств. Кто же боится либо стыдится кричать в полный голос о своих бедах, у того развивается **закрытая форма туберкулеза легких**.

- Беда и стыд – близнецы.
- Беда приключается с тем, кому стыдно, что он не свободен.
- В беду попадает тот, кто не умеет жить.
- Кто стыдится признать свое неумение, того и настигает беда.
- Кто в своей беде винит себя либо других, тот, вдобавок к собственной беде, зарабатывает еще и болезнь.
- В зависимости от особенностей обвинений как формы борьбы против несправедливости развиваются также болезни легких.
- Зависть к ближним из-за их свободы вызывает туберкулез легких.

Сжавшаяся диафрагма препятствует как дыханию, так и приему пищи. Необъяснимое отсутствие аппетита говорит о том, что у человека отсутствует вкус к *такой* жизни. Он хотел бы другую жизнь, да неоткуда взять. Он не желает хорошей жизни, так как считает себя недостойным хорошего, однако не желает и плохой. Страшится он не столько материальных трудностей, сколько моральных проблем. Кто думает подобном образом, у того родители наверняка наносили друг другу обиды. Ребенок может и не знать про это – в его *сознании* это не зафиксировано, так как родители скрывали от него нехорошие вещи. Ребенок знает про это *подсознательно* и как будто безо всякой причины боится, что и в его собственной семье может произойти такое. Как правило, имеется в виду проблема измены.

Кто не пойман с поличным, того прямо не обвинишь. Но страх остается и постоянно делает свое дело, особенно если супруг(а) чем-то выделяется и обращает на себя внимание вне дома. Верность нельзя связывать только с сексуальной жизнью. ***Верность – это прежде всего единство взглядов.*** Люди развиваются вместе и вместе меняют взгляды. Когда отсутствует духовное согласие, взгляды расходятся. *Духовное расхождение ведет к расхождению душевному, а это, в свою очередь, к материальному расставанию.*

Человек с постоянно напряженной диафрагмой, живущий во имя хорошего, боится вдыхать полной грудью, потому что боится выдохнуть. Иначе говоря, он боится **жить радостно, т. е. жить полной грудью**, поскольку страшится выплеска печали, таящейся в тени радости. Выражаясь еще проще, это **страх жить**. Страх жить вынуждает человека все себе запрещать, а другим позволять. С годами стресс усиливается и оборачивается чудакватой ***невзыскательностью, раздражающей окружающих.*** Например, человек ест некачественную пищу, приберегая все, что получше, для других. При этом ближние вовсе не желают, чтобы он отрицал свои желания и потребности. Если он и позволяет себе когда-нибудь маленькую радость, это заканчивается самобичеванием.

Такой человек, живя бок о бок с домашними, может сделаться неприметным, как тень. В повседневных хлопотах его странности как бы не замечаются, но в выходные дни он путается у домочадцев под ногами, вызывая раздражение. Он являет собой живой укор ближним, из которых ключом бьет радость жизни, задор и энергия. Его так и подмывает хорошенько встряхнуть – а иной раз так и делают, но от этого становится еще хуже. Такой человек начинает позорить членов семьи.

Если Вы знакомы с подобным человеком и он *раздражает Вас своей скаредностью*, то знайте, что в нем Вы видите собственную скрытую сторону. Он усиливает в Вас чувство вины за Вашу расточительность. Стоит его увидеть, как и у Вас тоже перехватывает дыхание, и Вы начинаете суетиться. Это значит, что Вы желаете дышать полной грудью и как будто так и живете, но тут чужая воздержанность наступает Вам на мозоль и напоминает, что Вы живете сверх своих способностей, даже если это не так.

В своем стремлении к высшему Вы словно подчеркиваете низменность ближнего, а потому предвзяты и несправедливы к тем, кто вынужден жить в бедности. Высвободите свой **страх жить**. Отпустите также **страх перед моральной предвзятостью и несправедливостью**. В противном случае Вы озлобитесь на несправедливость, а значит, на самого себя.

Страх жить полноценной жизнью заставляет довольствоваться малым, лишь самым необходимым. Для такого человека изобилие является нежеланным в молодые годы и неприемлемым в зрелом возрасте. Если поначалу человек принимает то, что предлагают другие, то позже уже отказывается, ибо страх незаметно перерастает в протест. Со временем в нем развивается полное неприятие роскоши и ненависть к ее почитателям. Приобретение какой бы то ни было вещи воспринимается им как излишняя роскошь, даже если эта вещь облегчает, ускоряет и повышает качество труда.

Если кто-то из близких, например, любимая жена, покупает себе обновку – ради Бога. Если же новое дарится ему самому, то подарок может годами лежать на верхней полке, дожидаясь своего часа. Техническая новинка успевает устареть прежде, чем ею начинают пользоваться. Страх жить полноценной жизнью преследует человека, словно наваждение, заставляя его *гордиться* своей воздержанностью, чинить старые вещи и демонстрировать их отличные рабочие качества. В тени подобной непритязательности частенько развивается жадность к деньгам, скупердяйство, зависть, о которых близкие не догадываются. Да и семья не всегда знает, сколько в доме денег. И только *ощущение растяжения и скрученности* в средней части тела дает знать о наличии проблемы.

Когда **в мужчине сидит страх жить полноценной жизнью**, его жене приходится постоянно ощущать свою вину за расточительность. Настоящая мотовка недолго уживается со сквалыгой, тогда как душа экономной женщины должна быть готова к ежедневным травмам. Даже если она крошки лишней не потратит, а будет экономить на собственном желудке, пока не усохнет, то и тогда ее найдут чем попрекнуть. Кто боится жить полноценной жизнью, тот покупку буханки хлеба воспринимает как расточительство. Страх оказаться мотом разрушает аппетит. Кусок в горло не лезет, хоть и не ел несколько дней. Подобный кризис возникает тогда, когда человека охватывает *жalousть к себе из-за неспособности жить полноценной жизнью*. В итоге развивается **анорексия** – страх перед едой, что по сути является страхом перед *подобной* жизнью. Предвосхищая тему, добавлю, что анорексия выражает проблемы жизни и смерти, обитающие в надпочечниках. **Кто боится матери, тот боится жизни, непомерно же великий страх перед матерью и жизнью вызывает анорексию**. Обратной стороной данного страха является злоба на мать. Если это мстительная злоба, человек умирает от анорексии. Главное – своей смертью отомстить матери. Но в этом он ни за что не признается.

Человек, боящийся жить полноценной жизнью, подавляет своим страхом близких, и у тех возникает протест против этого страха. Так, у прижимистого родителя ребенок может вырасти таким мотом, что в одночасье пускает на ветер родительское состояние, копившееся всю жизнь. В нем сидит **подавленный до нечувствительности страх**, он же **кажущаяся смелость жить полноценно**, отсюда и **желание взять от жизни все, что можно**. Зла причинять он не хочет, но протест вынуждает его к этому – поворачивает дела так, что все летит

на ветер. Он ест, пьет, сорит деньгами и пирует, словно в него бес вселился. Возможно, с Вами бывало такое: в присутствии голодного на вид, но не желающего есть человека у Вас вдруг вспыхивал волчий аппетит. Вы едва не лопаетесь от еды, а он, сидя напротив, хлебает простую воду или клюет крохи.

Представьте, до какой толщины Вы можете раздаться от обжорства, если испытываемый супругом страх жить полноценной жизнью раздражает Вас всякий раз, когда Вы садитесь за обеденный стол. Возможно, Вам случалось напиваться до чертиков лишь потому, что некий ханжа жужжал над ухом, дескать, за всю жизнь он ни капли в рот не брал. Либо же Вас охватывал покупательский азарт, когда на Ваших глазах человек скромного вида, но отнюдь не бедняк, начинал пересчитывать медяки. Потом ненужная покупка обычно кому-нибудь передаривается. Так выразился Ваш *протест против неполноценной жизни*, хотя можно вести жизнь полноценную. Из-за этого стресса Вы запрещаете себе жить неполноценной жизнью и от запрета толстеете.

Жизнь состоит из прошлого, настоящего и будущего. *Страх перед будущим и страх за прошлое* блокируют, соответственно, будущее и прошлое. *Кто боится будущего, тот живет в прошлом.* Любое доброе и полезное новшество воспринимается им как тяжкая повинность, против которой он и протестует подсознательно либо сознательно, тихо либо громко. *Все новое его раздражает.* Ему кажется, что всякая новая вещь заведомо плохая и никуда не годная. Если в десятитысячной партии товара одна-единственная вещь оказывается с дефектом, именно ему она и достается. Даже если вещь и без дефекта, в его руках она все равно не работает. Он покупает другую, и повторяется то же самое.

Иному человеку приходится беспрестанно что-то чинить, относить в гарантийную мастерскую, разбирать на части, чтобы подивиться, что все в порядке, а вещь не работает. Зато после сборки она вдруг начинает функционировать, хотя ничего не исправлялось. И до каких же пор жизнь будет насмехаться над человеком? Покуда он живет в страхе. Покуда не научится жить полноценной жизнью.

Врачи могут прописать такому больному всевозможные укрепляющие средства от прогрессирующего похудания, но это не помогает – определяющим является стресс. Больной мается от неприятного давящего ощущения под ложечкой и приступов тошноты, не достигающих, впрочем, до рвоты, и тут не поможет никакое средство, так как от страха не существует лекарства. Чем сильнее в человеке *желание-вызов доказать всем, что сам он обходится ничтожно малым*, которым он выражает протест против мотовства, тем больше он начинает походить на бродячий скелет.

Могу сказать, что страх жить полноценной жизнью порой становится навязчивой идеей, и в этом случае членам семьи приходится страдать больше самого страдальца. Если у Вас в семье есть такой несчастный, постарайтесь потихоньку, осторожно разъяснить ему проблему. Если Вы ошибетесь в выборе тактики и заговорите о стрессе в обличительном духе, то за последствия вините самого себя. Поэтому прежде чем сказать что-то кому-то, освободите свой *страх перед полноценной жизнью*, а также *протест против неполноценной жизни*. *Научитесь быть тактичным.*

Прямо противоположным образом действует *страх за прошлое*. *Он возникает тогда, когда человек стыдится прошлого.* Он вынуждает относиться отрицательно ко всему, что имеет отношение к былому, и желать исключительно нового. Страх заставляет жить ради нового и во имя нового. Против обновленного старого он ничего не имеет. В ходе работы по обновлению вполне могут между собой ладить те, кто боится будущего, и те, кто боится прошлого, тогда как в остальных ситуациях они постоянно находятся на грани ссоры. Если эти двое – супружеская пара, то их жизнь не разлагивается только *благодаря хитрости того из них, кто зациклен на будущем.*

Все, что им приобретено для дома, мало-помалу стареет и перестает быть проблемой для партнера. Как он исхитряется приобретать новое – это статья особая. Если это женщина, то уж женщины-то умеют вытянуть из мужа деньги, но если к новому стремится мужчина, то стой он хоть на голове, денег от жены не допросится. Потому многие и не доверяют распорядиться деньгами своей половине – чтобы не портить себе нервы.

Между подобными супругами постоянно идет скрытая или открытая борьба. Чем больше стаж совместной жизни, тем чаще и откровеннее супруги подтрунивают друг над другом уже накануне конкретного события. Один с смехом заявляет, что второй все равно ничего путного не купит, а тот – что первый никогда не сообразит приобрести для дома что-нибудь новое и необходимое. На самом деле это – смех сквозь слезы, за которыми скрывается сдерживаемый гнев, и гнев этот рано или поздно выплескивается наружу. Как скрытая, так и открытая война усиливают убежденность в собственной правоте. Оба чувствуют – неправой является противная сторона. Постоянный смех сквозь слезы – самый опасный вид смеха из всех существующих, ибо ведет к раку, чтобы человек осознал, что печаль следует высвобождать, а не превращать в смех.

Неизбежное развитие в направлении будущего изматывает супруга, живущего будущим, так как ему постоянно приходится прорубать стену страха, возведенную своей второй половиной. В то же время супруг, цепляющийся за прошлое, ощущает, что его незаслуженно обижают. **Женская заикленность на прошлом** тормозит жизнь значительно в большей степени. Если муж пользуется на службе репутацией очень ценного новатора, а дома все наоборот, то он спасается от семьи на работе. Если же и это не помогает, он уходит из дома насовсем. По мнению женщины, мужчина, бросающий больную жену, ведет себя крайне несправедливо.

Если мужчина заиклен на будущем, в его доме полно хозяйственной техники, причем, быть может, в такой степени, что для жены не остается места, и она уходит сама. Увлеченность техникой она еще может вынести, так как самой ей не под силу в ней разобраться. Но если женщине приходится конкурировать с электрическими и электронными аппаратами, то она сдается. Ни один человек не вынесет чувства, что им пользуются в последнюю очередь, когда более важные вещи уже переделаны. Кому приходится соперничать с вещами, тот начинает вещи ненавидеть. Так, женщины испытывают ненависть к мужниной работе, к компьютерам – мужской забаве, а мужчины – к женским тряпкам, побрякушкам и вечному обновлению мебели. Следствием этого является болезнь, соответствующая виду ненависти.

В университете нас учили диагностировать **грыжу диафрагмы**. Подозрение на нее возникает, когда у человека одновременно с приемом пищи возникают трудности с дыханием. Кто *желает единым рывком перенестись из прошлого в будущее либо так и делает*, у того происходит разрыв диафрагмы. Его следствием является грыжа. Поскольку большинство людей бросается в будущее, принуждая себя к работе, то чаще всего грыжа диафрагмы располагается в левой половине тела, и желудок давит на грыжевый мешок. Сердце и легкие на грыжевый мешок не давят. Это означает, что подлинная свобода и любовь не стремятся возвыситься, – это было бы собственным принятием. А вот желудок, кишечник и печень давят. Причина Вам уже понятна.

Отчаянное желание ради своих целей пробиться в общество, где человека явно не ждут и где его появление встречается присутствующими с затаенным на миг дыханием, вызывает **грыжу отверстия пищевода**, когда человек обозляется, однако от своего не отступает. В диафрагме для пищевода имеется достаточно широкое отверстие. Что же получается, когда в это отверстие снизу втискивается желудок, сокращаясь в размерах и причиняя боль? Чем сильнее человек рвется плыть против течения, тем больших размеров грыжа отвер-

ствия пищевода, именуемая по-латыни *hernia hiatus oesophagi*. Многолетняя грыжа отверстия пищевода постоянно травмирует его ткани и может настолько их истончить, что образует разрыв. Жизнь может спасти неотвратимая операция, но если ткани очень истончены, возникают осложнения.

Грыжа диафрагмы – болезнь коварная и серьезная. Она может привести к ночным приступам удушья (от нехватки воздуха), которые, возможно, в течение многих лет интерпретировались как нарушения сердечного ритма, вызываемые спадом напряжения в ночное время. Лекарствами подобные нарушения не снять, ибо причины в ином. Причина заключается в давлении грыжевого мешка на сердце, усиливающимся, когда человек спит. Важную роль играет поза спящего. Боль особенно велика, когда человек перед сном переедает.

Если в Вас зреет *протест против того, что прошлое ценится выше, чем будущее*, либо против того, что *прошлое охаивается*, тогда как будущее восхваляется, в этом случае Ваша бессильная печаль оборачивается бессильным гневом, ибо Вы не в силах никому ничего доказать. Во всем теле на уровне верхней границы пояса Вас терзает постоянная боль, потому что Вы терзаетесь желанием что-то кому-то объяснить. Например, во имя великой цели Вы настолько перенапряглись, что тяжело заболели и вынуждены распрощаться со своей прекрасной мечтой. Некто, пытаясь поднять Ваше настроение, принимается убеждать Вас в том, что эта прекрасная мечта на самом деле никуда не годится. Такая дискриминация воспринимается Вами как чудовищная несправедливость, и от обиды Вы ссоритесь с доброжелателем. Ваш *протест против дискриминации* не дает Вам возможности разъяснить что-либо непонятным. Позиция у них непоколебимая. У Вас тоже.

Мне не доводилось слышать о том, чтобы кому-либо был поставлен диагноз воспаления диафрагмы. Если воспаление есть, то диагностируется, в зависимости от осложнений, воспаление легких, сердечной мышцы либо печени. Все равно при любом воспалении прописывается один и тот же курс лечения – антибиотики.

Воспаление диафрагмы есть униженность из-за предвзятости и несправедливости.

Гнойное воспаление диафрагмы есть невыносимая униженность из-за предвзятости и несправедливости.

О таком диагнозе, как гнойное воспаление диафрагмы, слышать мне не доводилось, поскольку, когда гной прорывается в брюшную полость, диагноз ставится в зависимости от местонахождения гноя. *Операция является высвобождением невыносимой униженности, а послеоперационный уход – это забота и любовь, которые смягчают несправедливость.* Помимо этого, человек надолго либо навсегда отрывается от среды, в которой он заболел, и проблема находит быстрое разрешение. Больной поправляется. Другое дело – полностью ли?

Пример из жизни

Мне довелось знать молодого человека, заболевшего во время прохождения армейской службы. Его обследовали, лечили, но, не обнаружив ничего особенного, послали обратно служить. Через некоторое время все повторилось вновь. На основе симптомов воспаления, выявленных анализом крови, он прошел несколько курсов лечения антибиотиками, однако с каждым разом они действовали все медленнее. Случай этот произошел лет двадцать тому назад, когда современной компьютерной диагностики еще не знали. В ходе очередного обострения юноше была сделана операция брюшной полости, поскольку ничего иного сделать было уже нельзя.

Под печенью обнаружилось два литра стерильного гноя. Как это стерильного? Очень просто: от антибиотиков все микробы погибли. Но из-за того, что проблема осталась, остался и гной. В армию он уже не вернулся. Однако и не поправился. Ощущая себя человеком не особенно умным, бедным, некрасивым, скромным, малорослым – словом, испытывая комплекс маленького человека, он теперь повсюду видел несправедливое к себе отношение. В конце концов он зачах и умер пару лет назад.

Врачи оказались бессильными против стрессов.

* * *

Чем более в человеке развито чувство справедливости, т. е. чем больше он боится несправедливости, тем больше ему повсюду мерещится предвзятость и несправедливость. Пожелай он восстановить справедливость мирным путем, как тут же обнаружит свою беспомощность и впадет в печаль. Чем сильнее в Вас *печаль по поводу любого рода дискриминации, т. е. несправедливости*, и чем Вы чувствительнее, тем явственнее ощущаете, будто в легких не хватает места. Как только чуть расслабляете тело, возникает нехватка воздуха, хотя легкие, по свидетельству врачей, здоровы.

Если Вы проследите за нехваткой воздуха, то поймете, что дыхание перекрывается животом. Когда Вы потягиваетесь, становится легче, но от постоянного вытягивания спины устают мышцы. Пищеварительный тракт вроде здоров, но внутри засело смутное неприятное ощущение, что-то вроде тошноты. Со временем, если проблема остается, Вы замечаете, что при расслаблении тела появляется странное ощущение наполненности там, где ничему не положено быть, где нет органов, которые могли бы заболеть.

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.